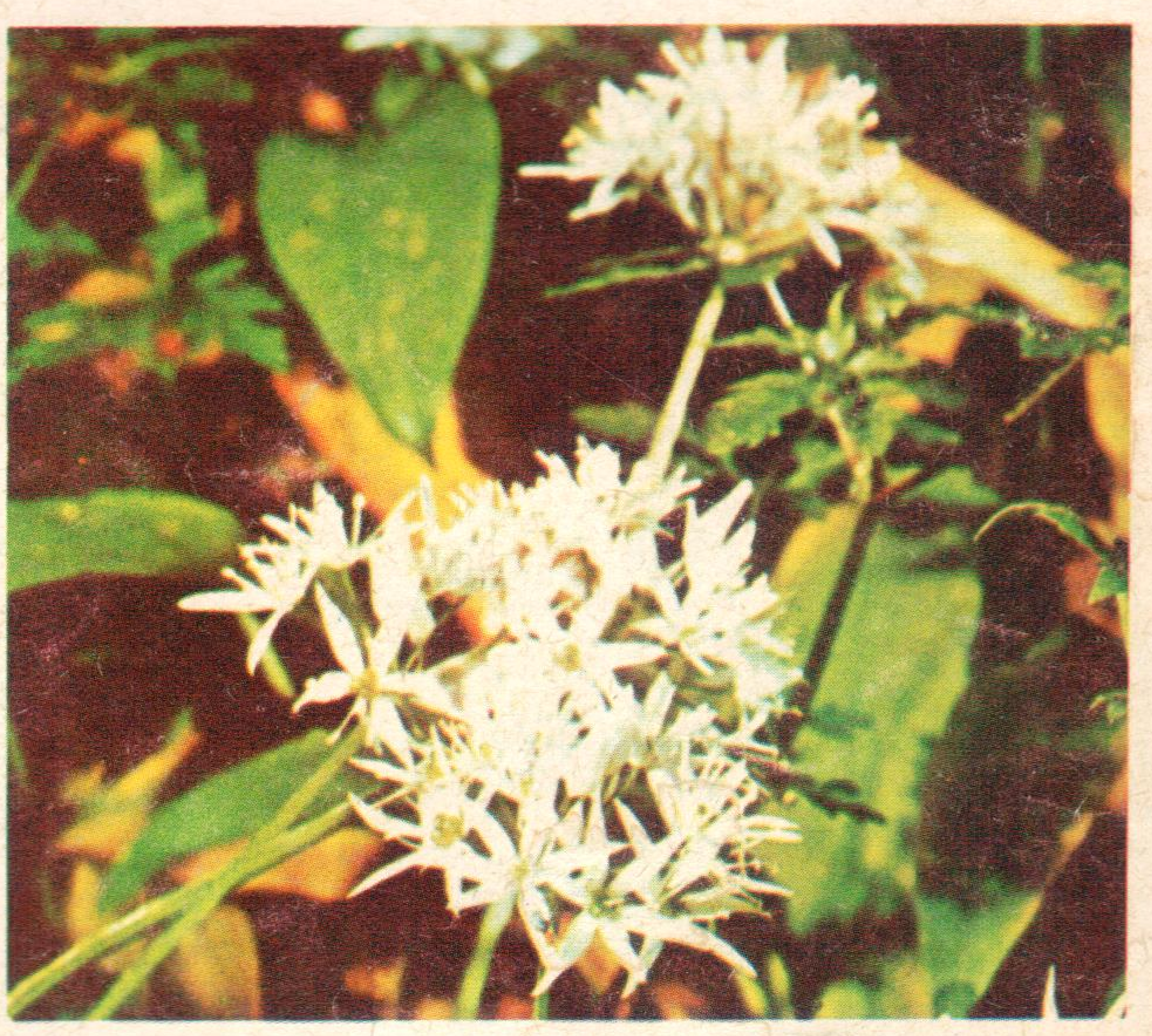
19

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

Argen ₳30.-
Urugu







Enciclopedia de

PLANTAS QUE CURAN

FASCICULO 19 Año 1987

Director Responsable
Lic. Danilo M. Conseil
Director Editorial
Inés C. González López

Diagramación
Tito Fiori

Armado
Marcelo Villegas-Dario Shinji

Dibujos
Jorge Mercado

Fotografía
Eduardo Lettieri

Es una publicación de



Córdoba 1364 5 D
Capital Federal

Distribuidora en Capital Federal
Juan Vidal e Hijos
Carlos Pellegrini 739 1° 4

Distribuidor en Interior
SADYE S.A.
Av. Belgrano 355 9° y 10° Piso
T.E. 30-5847-1536-1537
Capital Federal

Distribución en el Uruguay
Hebert Berriel - Nery Martínez
Hebert Berriel Bello
Paraná 750
Tel. 90-5155 91-5614
Montevideo

Distribuidor Interior Uruguay
Distribuidora América
Paraná 750 - Tel. 91-5614
Montevideo

Impreso en Talleres Gráficos
RECALI S.A.
Perdriel 1534 - Capital

SUMARIO

Esta publicación solamente aspira a informarlo de las propiedades curativas de algunas plantas conocidas en nuestro país. No es un manual para automedicarse ni pretende reemplazar la labor de un facultativo. Consulte a su médico, solamente él puede ser quien decida y supervise un tratamiento prolongado.

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN en una obra compuesta de 30 fascículos de aparición semanal que se encuadernarán en dos volúmenes de 15 fascículos cada uno.

Partes de la planta utilizadas



Formas de consumo





SABINILLA



Nombre científico:
Margyricarpus Setosus R.
Familia.
Rosáceas

Planta herbácea, con el tronco levemente lignificado, de color negruzco, muy ramificado, que alcanza hasta 30 cm. de altura. Los tallos son cilíndricos, rectos y cubiertos de hojas y flores. Las hojas son compuestas y pecioladas, de folíolos lineales, de ápice agudo, de color verde brillante. Las flores son sésiles y se ubican en la axila de las hojas. El fruto es una durpa blanca, carnosa y comestible. Esta planta crece en forma espontánea en la zona centro y sur de Chile, se la suele encontrar en la zona sur de nuestra cordillera.

La raíz y las hojas de Sabinilla tienen propiedades diuréticas y son recomendadas en casos de problemas de retención de líquidos o enfermedades de los riñones y vías urinarias. La forma más común de consumo es como cocimiento, a razón de 30 gramos de raíz y hojas por litro de agua. Se deja hervir durante 5 minutos, y se bebe por tazas durante el día.

Para obtener resultados positivos con el consumo de Sabinilla, es necesario hacer un tratamiento prolongado de por lo menos un mes.



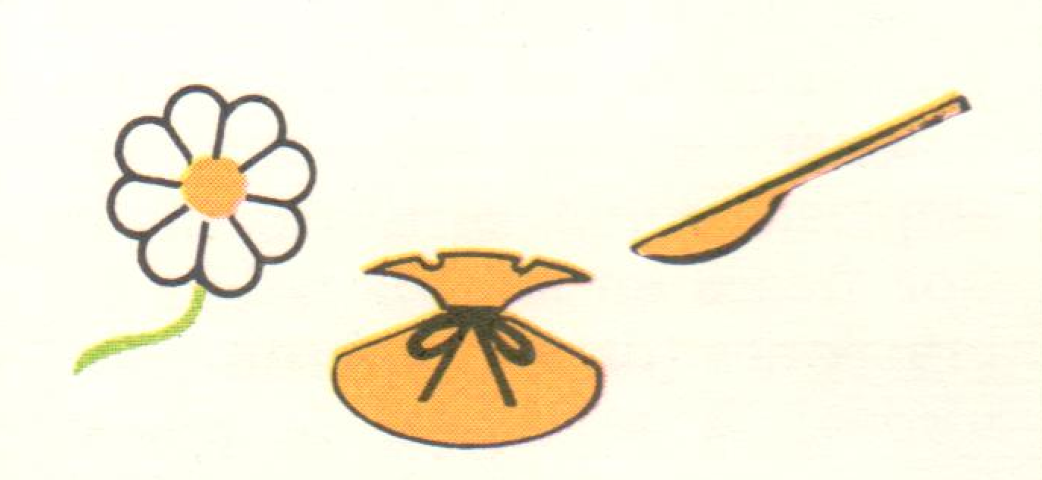
SABORIJA
(VER AJEDREA)

SACATRAPO
(VER MASTRUERZO)

SACHACOMA
(VER CHACHACOMA)

SACHA PARRA
(VER PAREIRA BRAVA)

SALICARIA

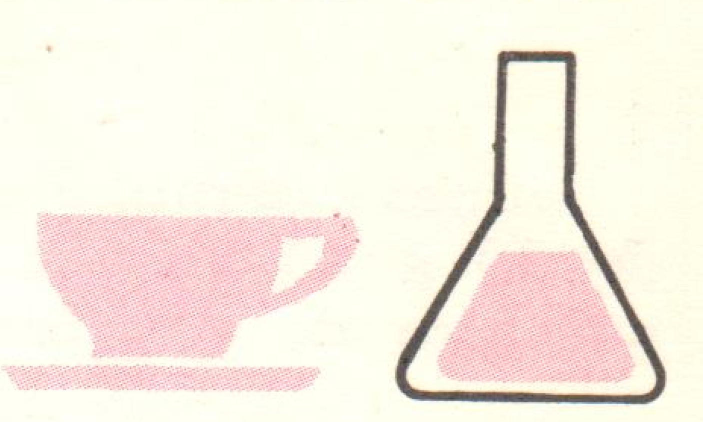


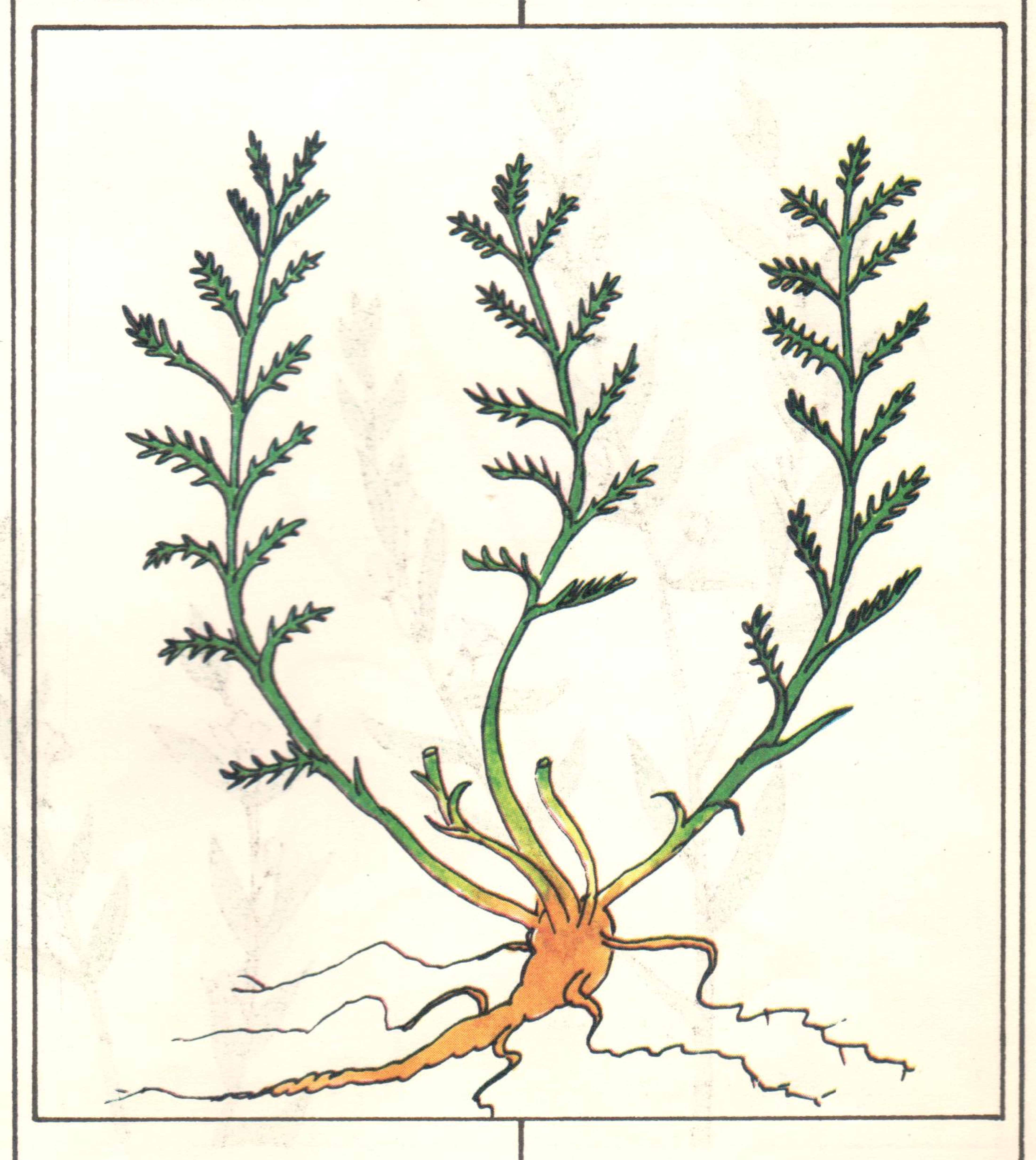
Nombre científico.
Lythrum Salicaria
Familia:
Litráceas

Planta herbácea anual, de raíz rizomatosa, de la cual nace un tallo ramificado, de sección cuadrangular y ligeramente tormentoso. Las hojas son opuestas, sésiles, de forma oval y de ápice puntiagudo, borde liso y color verde claro. Las flores, de caliz cilíndrico y corona provista de cuatro a seis pétalos, son de color púrpura y se agrupan en espigas terminales. El fruto es una cápsula membranosa, de color pardo o pardo amarillento, en cuyo interior se encuentran semillas de color amarillo. Esta planta crece en lugares húmedos y pantanosos.

Las flores de la Salicaria tienen propiedades antidisentéricas, astringentes, hemostáticas, cicatrizantes y antibióticas.

En casos de problemas intestinales, colitis, disenteria, infla-





maciones, se recomienda el té de flor de Salicaria, a razón de 20 gramos por litro de agua. Dosis recomendada: cuatro tazas al día. Con el mismo fin se puede elaborar una tintura.

TINTURA DE SALICARIA

Alcohol de 90° . . . . . . 200 c.c.
Salicaria, flores . . . . 40 gr.

Una cucharadita de café en una taza de agua tibia, en reemplazo de la infusión. Dosis recomendada. cuatro tazas al día Una cucharada de sopa en una taza de agua tibia como colutorio. Dos cucharadas en una taza de agua tibia para uso externo.

En uso externo, una infusión de 30 a 40 gramos de flores por litro de agua sirve como astringente, detersivo y hemostático para lavar heridas leves y detener hemorragias o aplicar fomentos en heridas en vías de cicatrización. En caso de encías sangrantes o enfermedades de boca y garganta se usa esta infusión como colutorio, dos o tres veces por día. Con el mismo fin, se pueden masticar flores tiernas.

En caso de heridas recientes o en vías de cicatrización se puede aplicar una cataplasma de flores machacadas, que se mantiene con un vendaje apropiado.

Las flores secadas a la sombra y molidas en un mortero hasta obtener un polvo fino, se emplean como sustituto de la flor fresca en la elaboración de infusiones (de uso interno o externo). Si se desea, se puede aplicar este polvo sobre heridas leves como hemostático y cicatrizante.

Como tónico estomacal se puede elaborar un jarabe de Salicaria.

JARABE DE SALICARIA

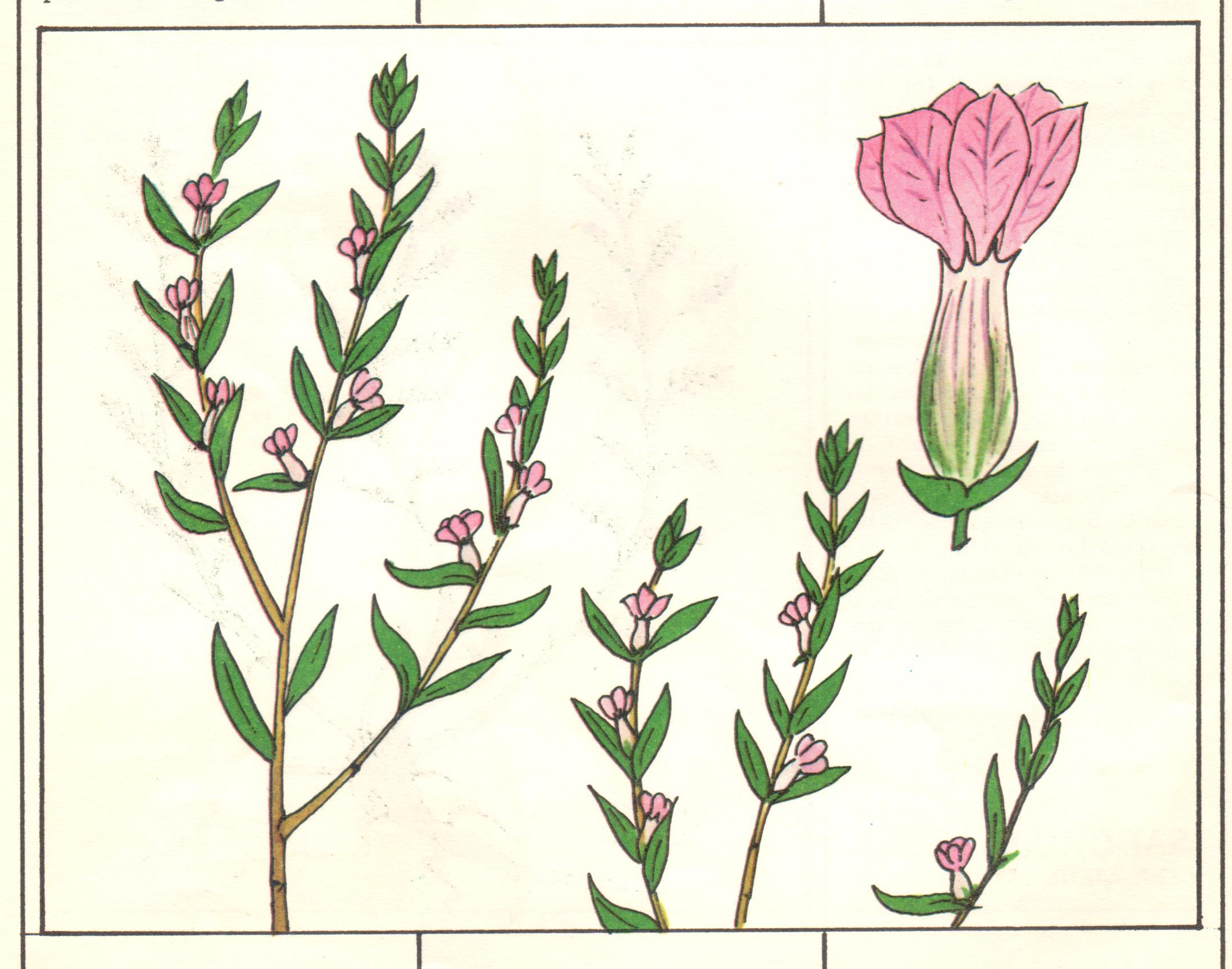
Agua . . . . 750 c.c.
Azúcar. . . . . cant. nec.
Salicaria, flores
picadas . . . . 20 gramos

Se colocan las flores en el agua y se lleva a ebullición con fuego bajo. Se le agrega el azúcar por cucharadas y se va revolviendo hasta obtener la consistencia de jarabe. Se espuma, se cuela en caliente, y se guarda en un envase apropiado en lugar fresco. Dosis recomendada: dos cucharadas al día.

SALSA

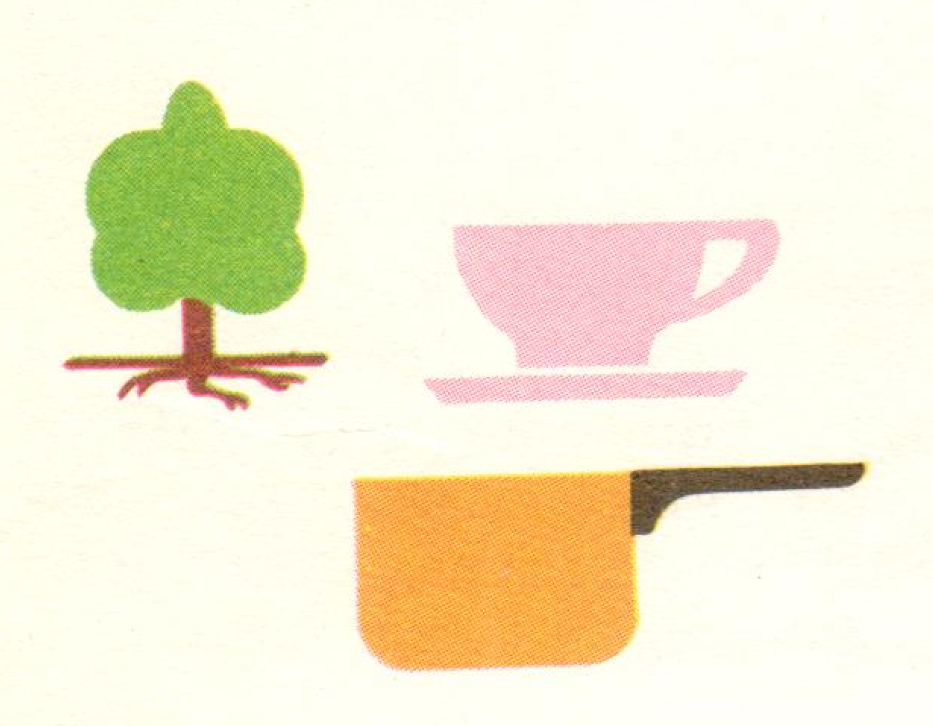
Nombre científico:
Herreria Stellata R.
Otros nombres:
Zarzaparrilla chilena

Arbusto trepador, con tallo



cilíndrico, remoso y tortuoso. Las hojas son lanceoladas, lineares, agudas y coriáceas; se agrupan en haces. Las flores son pequeñas, de color verde amarillento y se agrupan en racimos que nacen en medio de las hojas. El fruto es una baya comestible.

La Salsa tiene propiedades depurativas y antirreumáticas. Se consume en forma de infusión o cocimiento a razón de 10 gramos de planta por medio litro de agua. Como infusión se la deja en maceración durante diez minutos, o bien se la hace hervir, reponiendo el agua perdida por evaporación, durante un cuarto de hora.



SALSIFI
(VER ESCORZONERA)

SALSILLA



Nombre científico:
Bomaria Salsilla

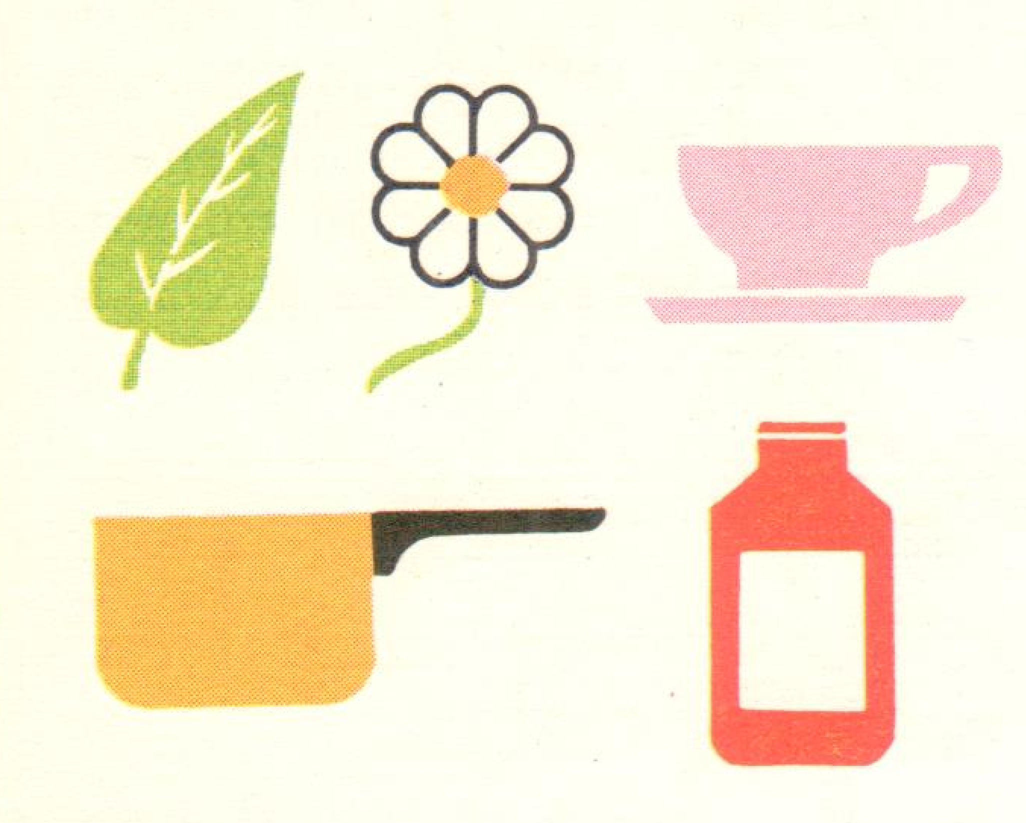
Este arbusto es abundante en la zona sur de Chile y sus propiedades ya eran conocidas por los indios araucanos antes de la llegada de los conquistadores. Tiene tallo largo y poco ramificado; las hojas son alternas, a veces opuestas, lanceoladas u ovales, de nervaduras muy marcadas, consistencia membranosa y glabras. Las flores, dispuestas en pequeños racimos, son de color rojo violáceo. La raíz posee tubérculos del tamaño de un garbanzo, de consistencia carnosa, corteza oscura y pulpa blanca. Crece en forma espontánea en zonas de media montaña húmedas.

La raíz de Salsilla tiene propiedades sudoríficas, depurativas y antiespasmódicas. Es recomendada en casos de dolores de estómago, indigestiones o diarreas leves; también en estados catarrales o gripales.

Se prepara un líquido macerando un puñado de raíz machacada en un litro de agua fría durante toda la noche y se bebe a lo largo del día. Las propiedades de la raíz se aprovechan mejor preparando una infusión de 30 gramos de raíz machacada en un litro de agua hirviendo. Se deja en maceración durante diez minutos y se bebe medio litro por día.

SALTA OJOS
(VER ADONIS)

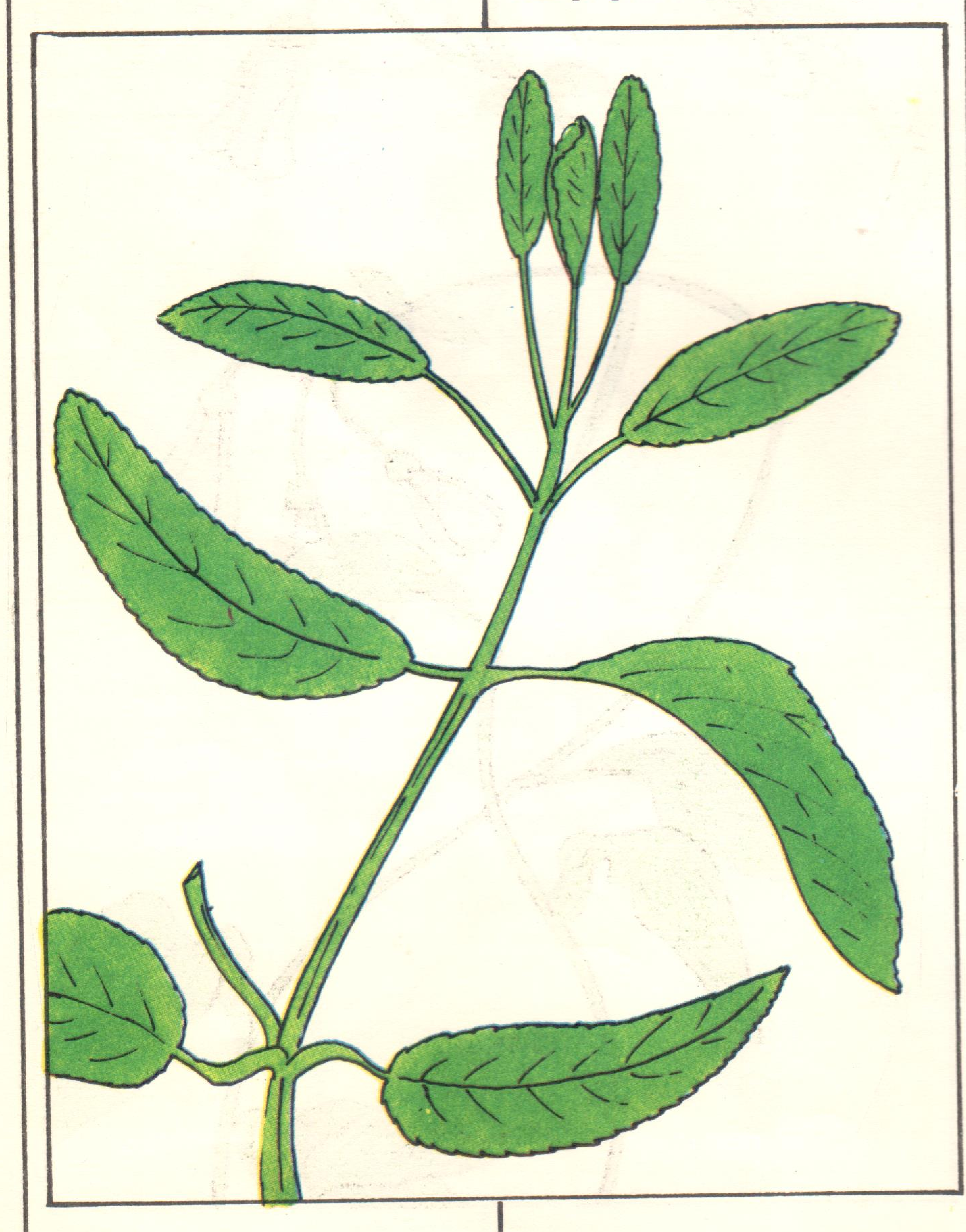
SALVIA



Nombre científico:
Salvia Officinalis
Familia:
Labiadas
Otros nombres:
Salvia oficinal, Salvia Menor, Salvia Real.

Existen muchas especies de Salvia, todas muy semejantes en su aspecto físico. La raíz es fusiforme, muy ramificada y de consistencia leñosa. Los tallos, que alcanzan hasta un metro de altura, son cuadrangualres, de aristas muy marcadas, de color verde blanquecino y tormentosos. Las hojas son opuestas, elípticas, pecioladas las inferiores, sésiles las superirores, de borde dentado, superficie reticulada y de consistencia blanda, el envés es de color blanquecino. Las hojas y los tallos tiernos tienen un sabor algo amargo y un olor aromático muy intenso que le es característico. Las flores se agrupan en espiga y son de color azul violáceo.

Las hojas y flores de la Salvia tienen propiedades aperitivas, digestivas, colagogas, carminativas, vulnerarias, antiinflamatorias y antiasmáticas. Estas virtudes que la transforma en una pequeña farmacia de jardín le han dado origen a su nombre: Salvia viene del latín **salvus** (salvado en el sentido de curado o mejorado). Como vemos sus características medicinales son conocidas desde épocas muy remotas.



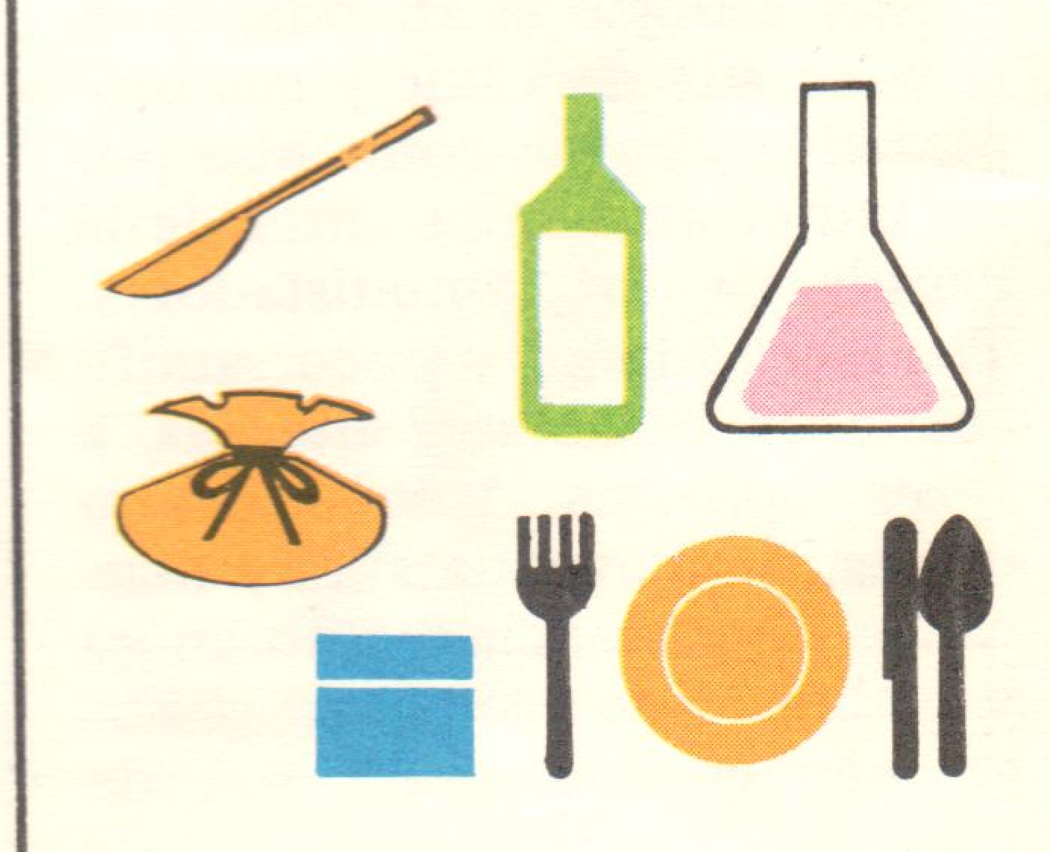
La forma más comun de uso es como infusión o cocimiento para aprovechar sus virtudes de tónico gastrointestinal y emenagogo (regulador menstrual). El té se prepara con 10 gramos de hoja por litro de agua. Se calienta hasta que estalla el hervor y se toma durante el día a voluntad. El cocimiento se hace en una proporción variable de 40 a 60 gramos de hoja por litro de agua, que se hierve durante 5 minutos y se bebe durante el día, caliente o frío, por copitas u otra infusión si se lo encuentra muy cargado. Tanto el té como el cocimiento pueden usarse como sucedáneos de otras infusiones (té, café o mate) independiente de sus virtudes curativas. Otra forma de consumo es como tintura.

TINTURA DE SALVIA

Alcohol de 80º . . . . . . 200 c.c.
Hojas o flores de
Salvia. . . . . 60 gr.

Una cucharadita, disuelta en agua tibia, la infusion de su agrado, jugos de frutas o vino, antes o después de las comidas o durante el dia.

Las virtudes curativas de la Salvia se pueden asociar a otras plantas para mejorar sus efectos. Una excelente tisana hepática y colagoga se prepara combinando en partes iguales Salvia, Boldo, Cedron y Reta-



mo. Se hace hervir una cucharadita, bien colmada, en una taza de agua durante cinco minutos y se toma tres veces al día, media hora antes de las comidas principales.

Su sabor amargo estimula las secreciones de jugos gastricos lo cual lo transforma en un excelente aperitivo y digestivo y por extension en carminativo, apto para combatir flatulencias. A tal fin se preparan vinos de Salvia.

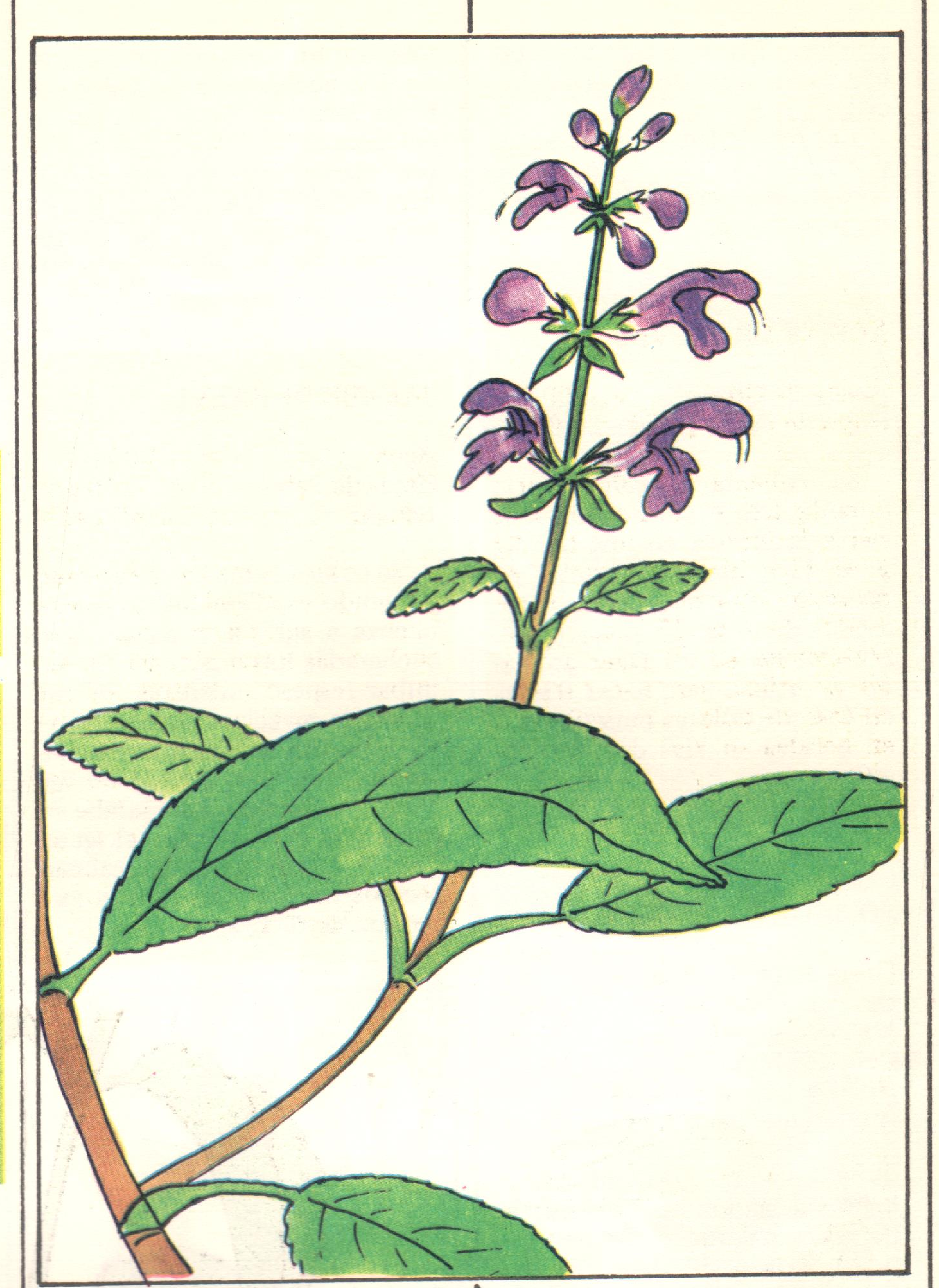
VINO DE SALVIA I

Vino blanco generoso y dulce	900 c.c.
Tintura de Salvia	200 c.c.

VINO DE SALVIA II

Hojas y flores de Salvia. (pueden usarse solamente hojas)	60 gr.
Vino blanco licoroso	1 lt.

Se deja esta mezcla en maceración durante un mes, se cuela y ya está lista para su consumo. Los dos vinos se beben por copitas, antes o despues de las comidas, segun se desee como aperitivo o digestivo.



Una practica muy común entre la gente de campo es frotarse los dientes y encías con una hoja de Salvia a modo de dentífrico; además perfuma el aliento. Esta virtud se puede aprovechar para preparar un colutorio hirviendo una cucharadita de hojas de Salvia (se pueden usar flores si se desea) en una taza de agua juntamente con una cucharadita de miel. Se hierve durante cinco minutos y se deja enfriar antes de usar en gárgaras o buches. Este colutorio es especialmente recomendado para lastimaduras e irritaciones de boca y garganta, asi como para tratar casos de aftas.

En uso externo, el cocimiento a razón de 60 gramos de hoja por litro de agua, tiene propiedades vulnerarias, detersivas y antiinflamatorias. Se utiliza para lavar heridas, llagas y pústulas en vías de cicatrización, sea en lavajes, sea en fomentos, fríos o tibios. Este cocimiento también se puede usar como colutorio en los casos anteriormente citados.

También como cicatrizante y vulnerario se puede preparar un vino de Salvia.

Hirviendo un kilo de hojas y flores de Salvia en la cantidad de agua necesaria, se prepara un excelente baño antihemorroidal, que se puede tomar en la bañera.

En casos de picaduras de abejas u otros insectos, frotando la zona afectada con una hoja de Salvia, calma el ardor y se reduce la hinchazón. Con

VINO DE SALVIA III
(Uso externo)

Vino blanco común	1 lt.
Hojas de Salvia picadas	100 gr.

Se deja en maceración durante un mes, se filtra y se utiliza para lavajes o fomentos en heridas, llagas o pústulas en vías de cicatrización.

el mismo fin, se puede preparar una cataplasma de hojas machacadas.

Las propiedades cicatrizantes y vulnerarias de la Salvia se aprovechan para elaborar aceites y pomadas.

ACEITE DE SALVIA

Aceite de Oliva . . . . . . 500 c.c.
Hojas de Salvia picada . . . 60 gr.

Se calienta a baño maría durante tres o cuatro horas, se vierte la mezcla en una botella y se tapa herméticamente. Se mantiene esta mezcla en maceración durante 45 días, preferentemente en un lugar asoleado. Se utiliza para hacer friegas en caso de dolores musculares o en heridas en vías de cicatrización.

POMADA DE SALVIA

Grasa de cerdo de buena calidad. . . . . 150 gr.
Manteca sin sal . . . . 100 gr.
Cera de abejas . . . . 10 gr.
Hojas de Salvia picadas (preferentemente frescas) 50 gr.

Se calienta esta mezcla a baño maría durante 8 o 9 horas. Se retira del fuego. Se deja reposar toda una noche. Al día siguiente se elimina el líquido sobrenadante, si lo hubiera, se vuelve a calentar a baño maría durante una hora, se cuela en caliente y se guarda en potes apropiados. Se usa en los mismos casos que el aceite.

Las hojas, secadas a la sombra, sirven para elaborar cigarrillos muy efectivos para calmar accesos de asma. Efecto análogo se obtendrá sahumando el ambiente donde esté la persona afectada o echando un puñado de hojas secas sobre un bracero (o quemándolas) aspirando los humos.

Las hojas también poseen virtudes anticatarrales y expectorantes. A tal fin se puede preparar un electuario, mezclando una cucharadita de polvo de hojas secas de Salvia con cinco cucharadas de miel. Se toma por cucharaditas durante el día para facilitar la expectoración y calmar accesos de tos. Con identico fin se puede preparar un jarabe.

JARABE DE SALVIA

Agua . . . . 200 c.c.
Hojas de Salvia . . . . 10 gr.
Azúcar. . . . . cant. nec.

Se coloca la mezcla a calentar y cuando estalla el hervor se comienza a agregar el azúcar por cucharadas hasta obtener un almíbar espeso mientras se revuelve la mezcla constantemente. Se retira del fuego, se cuela en caliente, y se guarda en un envase apropiado. Este jarabe se toma por cucharaditas, al igual que el electuario, para calmar accesos de tos y facilitar la expulsión de flemas.

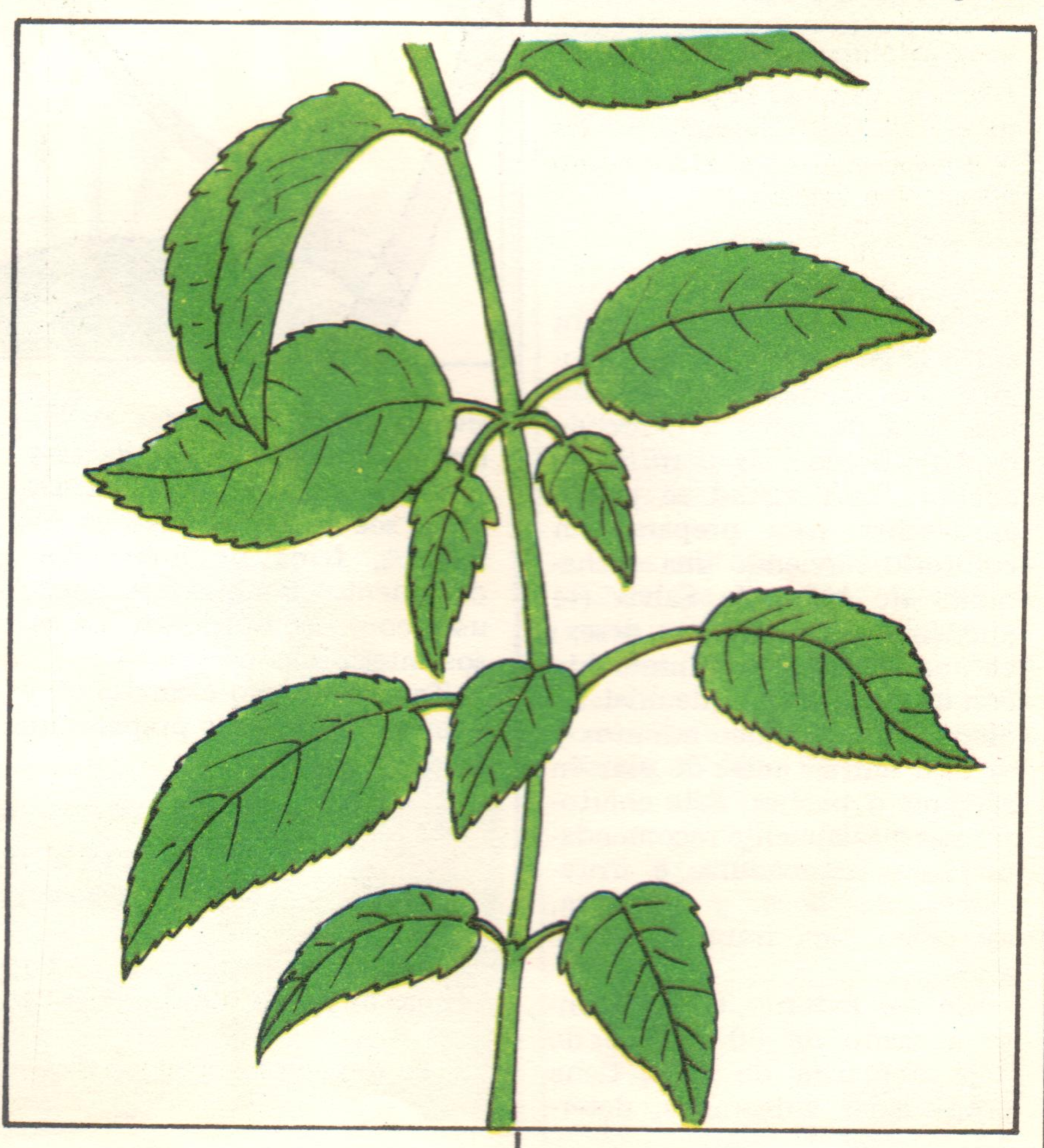
Las hojas de Salvia son usadas como condimento, ya sea en forma de polvo, mezclando con la pimienta para comidas saladas o la canela para comidas dulces, ya sea para sazonar comidas especialmente las carnes grasas y asados. En este último caso se pueden usar hojas frescas o secas.

SALVIA BLANCA



Nombre científico:
Salvia Gilliesii
Familia:
Labiadas

Esta planta es abundante en la zona centro de nuestro país.



Las hojas de la Salvia Blanca tienen propiedades estomacales, cicatrizantes, detersivas y es muy indicada para combatir resfriados. También son reconocidas sus virtudes tónicas y estimulatnes del sistema nervioso.

Un té de hojas de Salvia es eficaz calmante en casos de resfríos. La infusión se prepara con una cucharadita de hojas de Salvia Blanca por taza de agua caliente. Si se desea se puede endulzar con miel de abejas o azúcar quemada. Dosis recomendada: cuatro tazas al día. Beber bien caliente.

Con el mismo fin se puede preparar una tintura.

TINTURA DE SALVIA BLANCA

Alcohol de 70º . . . . . . 200 c.c.
Hojas de Salvia blanca . . . 40 gr.

Una cucharadita, disuelta en agua tibia o en té de Borraja o Sauco, tres o cuatro veces al día. Al igual que la infusión, beber bien caliente y endulzado con miel o azúcar quemada.

En casos de personas debilitadas por el excesivo esfuerzo intelectual, se recomienda un cocimiento de Salvia en vino blanco, a razón de 100 gramos de hoja por litro de vino. Se calienta hasta que estalle el hervor, se deja enfriar, se guarda en un envase apropiado y se toma media copa antes de las comidas.

Un cocimiento de 50 gramos de hojas de salvia Blanca por litro de agua, da un excelente colutorio para usar en casos de afecciones de boca y garganta. Con este mismo fin, se puede disolver una cucharada de Tintura en una taza de agua tibia.

SALVIA DE LA PUNA

Nombre científico:
Senecio Mendocino

Familia:
Compuestas
Otros nombres:
Asma Puna

Esta planta crece espontáneamente en las provincias andinas de nuestro país.

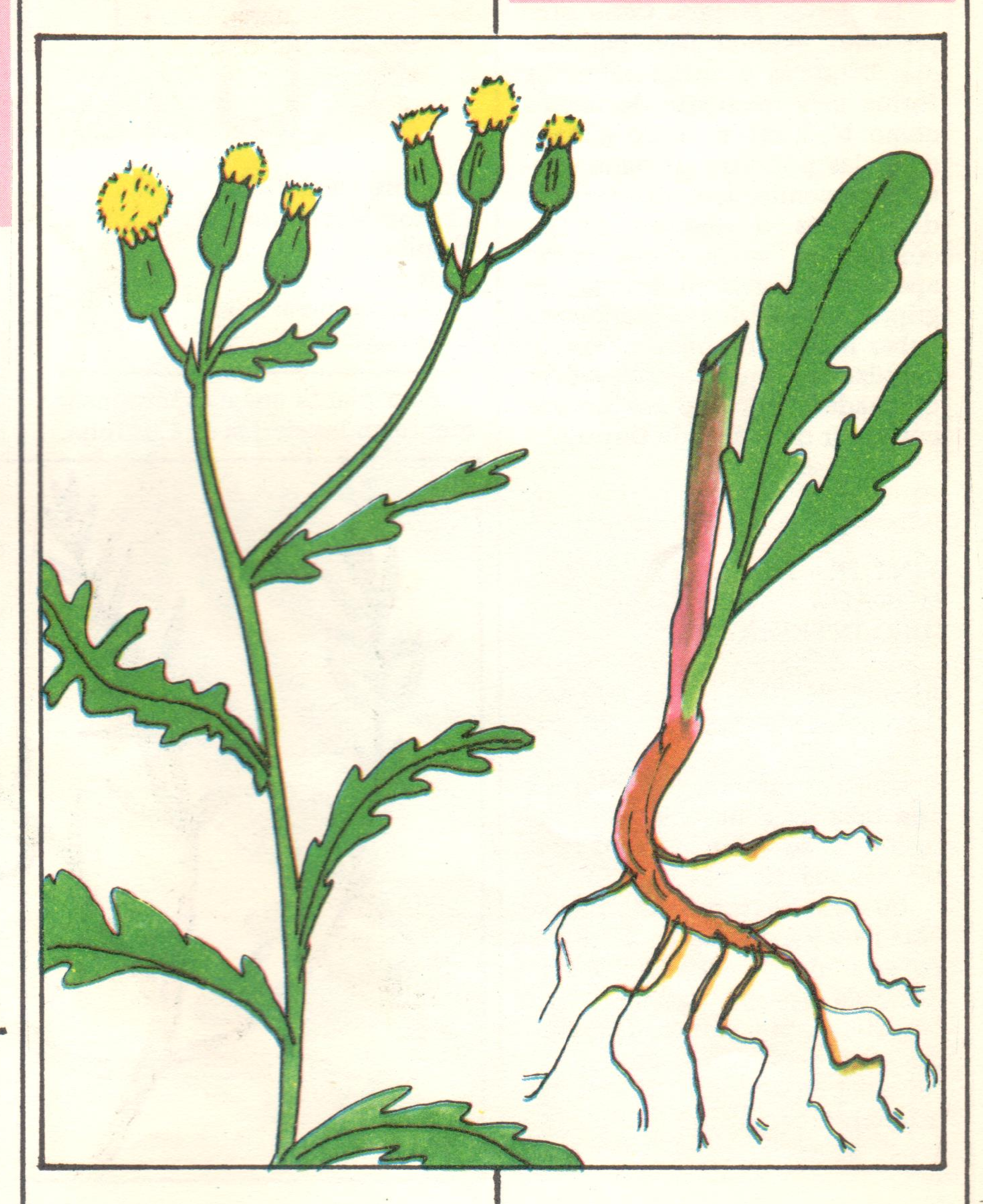
Las hojas y tallos tiernos de la Salvia de la Puna tienen propiedades experctorantes, béquicas y antiasmáticas. La forma más frecuente de uso es como infusión, a razón de 20 gramos de planta por litro de agua. Dosis recomendada: tres tazas al día. Es recomendable hacer un tratamiento prolongado en caso de afecciones asmáticas o broncopulmonares. También se puede consumir en forma de tintura.



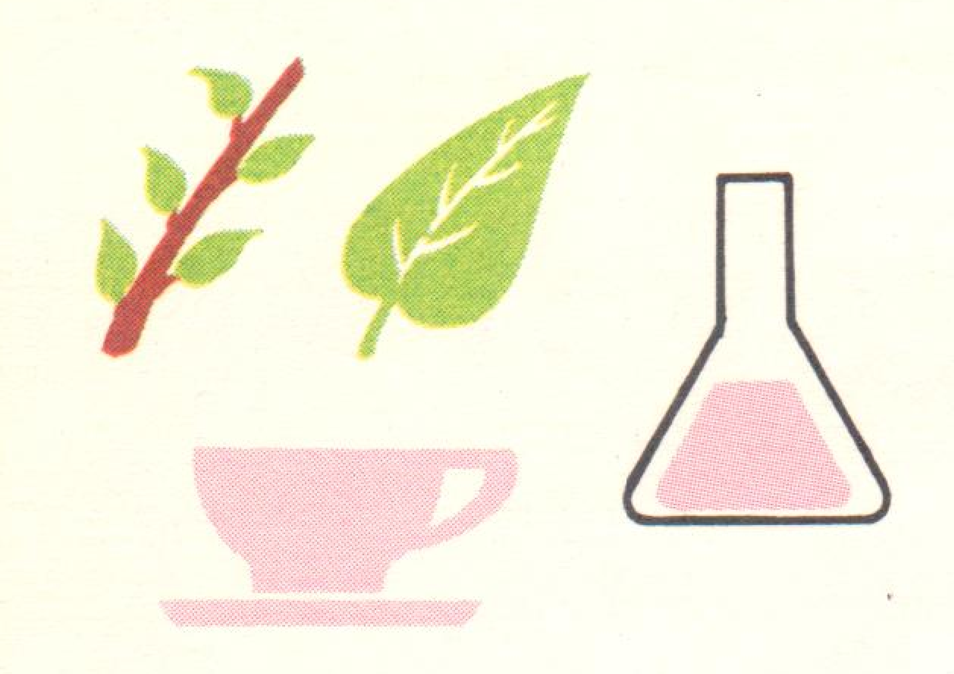
TINTURA DE SALVIA DE LA PUNA

Alcohol de 70º . . . . . . 200 c.c
Salvia de la Puna (hojas y tallos tiernos) . . . . 40 grs.

Una cucharadita, disuelta en agua tibia o la infusión de su agrado, tres o cuatro veces al día. Se puede combinar con algún té de propiedades balsámicas o expectorantes (Ambay, Yemas de Pino, Anacahuita, etc.) o, mejor aún, con una infusión que mezcle varias hierbas.



SALVIA MORADA



Nombre científico:
Lippia Asperifolia
Familia:
Verbenáceas
Otros nombres:
Camara, Cabará-caá

Esta planta abunda en las sierras de La Rioja, Catamarca y Tucumán, también en las provincias de nuestro Litoral.

La Salvia Morada tiene propiedades estomacales, balsámicas, béquicas y antigripales. La forma más frecuente de uso es como té, a razón de 25 gramos de hojas por litro de agua. Dosis recomendada, cuatro tazas al día: antes o después de las comidas si se la desea como aperitivo o digestivo. En caso de gripes o resfríos se aconseja beber la infusión bien caliente y endulzada con miel o azúcar quemada. También se puede consumir en forma de tintura.

TINTURA DE SLAVIA MORADA I (USO INTERNO)

Alcohol de 70º . . . . . . 200 c.c.
Salvia Morada (hojas) . . 50 grs.

Una cucharadita, disuelta en una taza de agua tibia o la infusión de su agrado, tres o cuatro veces al día.

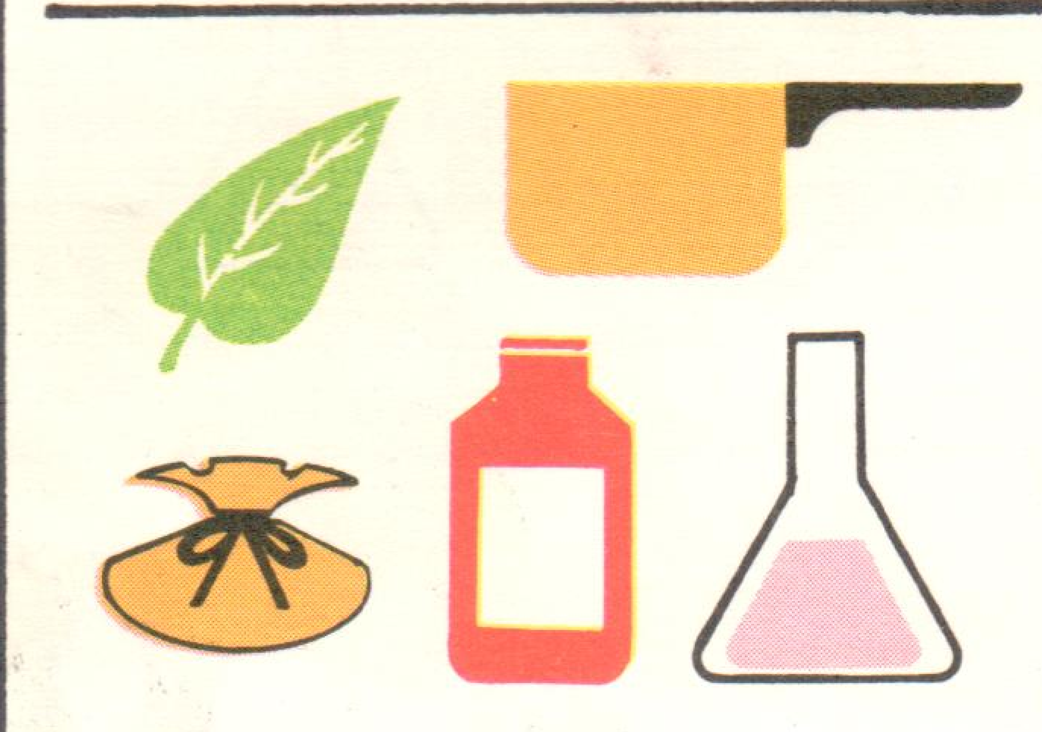
En uso externo se puede usar para hacer masajes y friegas en caso de debilidad muscular luego de una quebradura, niños raquíticos, luxaciones, desgarramientos musculares, etc. A tal fin se prepara una tintura de uso externo.

TINTURA DE SALVIA MORADA II (USO EXTERNO)

Alcohol de 90º . . . . 1 lt.
Salvia Morada (hojas y tallos tiernos) . . . . . . 300 grs.

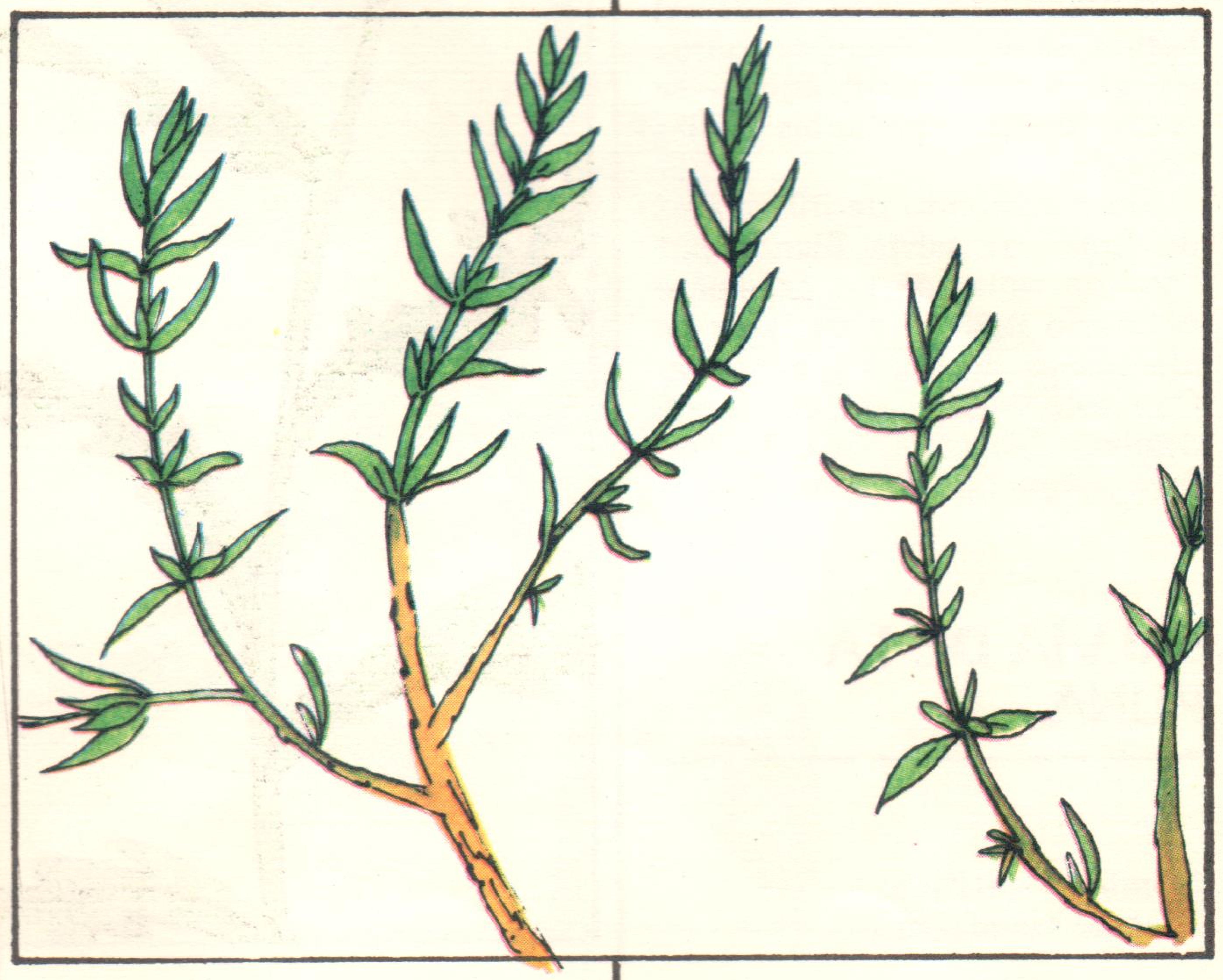
Se deja en maceración durante 20 días y se utiliza esta tintura para hacer friegas en la zona afectada. Se empapa una franela o un paño suave y se hacen fricciones tres veces al día.

SANALOTODO



Nombre científico:
Croton Myryodontus
Familia:
Euforbiáceas
Otros nombres:
Cambalacho

Esta planta crece espontaneamente en las sierras de Córdoba.



Las hojas del Sanalotodo tienen propiedades refrescantes, depurativas y diuréticas. La forma más común de consumo es como cocimiento, a razón de 25 gramos de Sanalotodo por litro de agua. Se bebe por tazas a lo largo del día. Si se desea se puede combinar con otras hierbas de propiedades refrescantes y depurativas como la Zarzaparrilla, la Grama o la Verdolaga. También se puede preparar una tintura.

TINTURA DE SANALOTODO

Alcohol de 70º . . . . . . 200 c.c.
Sanalotodo (hojas) . . . . 40 grs.

Una cucharadita, disuelta en una taza de agua tibia, la infusión de su agrado o jugo de frutas, tres o cuatro veces al día. Al igual que el cocimiento se puede combinar con otras tinturas o infusiones de virtudes semejantes.

En uso externo se prepara un cocimiento de 50 gramos de hojas por litro de agua y se utiliza para hacer baños o lavajes en casos de herpes, eczemas, sarpullidos y otras afecciones de la piel.

Con hojas frescas machacadas se prepara una cataplasma que

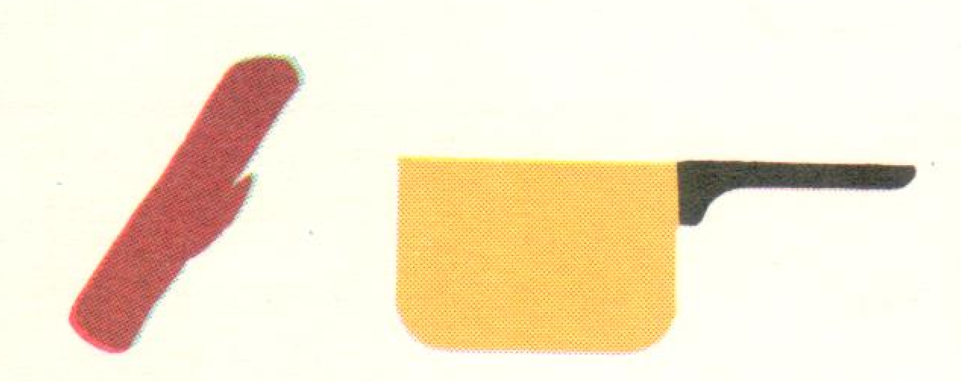
alivia dolores musculares, artríticos y de fracturas. Con idéntico fin se puede preparar un aceite.

ACEITE DE SANALOTODO

Aceite de Oliva . . . . . . 500 c.c.
Sanalotodo (hojas frescas) . . . . 50 grs.

Se pican las hojas de Sanalotodo y se mezclan con el aceite, se calienta esta mezcla durante tres horas a baño maría. Se embotella y cierra el envase herméticamente y se deja macerar durante un mes en un lugar asoleado. Se utiliza para hacer friegas.

SANDALO



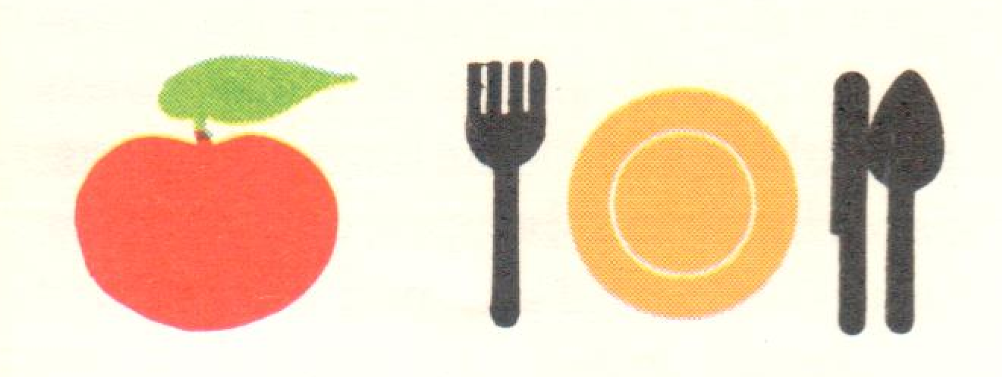
Nombre científico:
Santalum Album L.
Familia:
Santalaceas

Arbol muy semejante en su aspecto al nogal, de hojas elípticas, opuestas, enteras, gruesas, lisas y muy verdes. Flores pequeñas, en racimos axilares. El fruto es parecido por su tamaño y color a la cereza. La madera es muy perfumada. Este árbol es originario de la India y Oceanía, sin embargo se puede conseguir astillas en droguerías especializadas.

El leño del sándalo tiene propiedades astringentes y blasánicas. En casos de diarreas o colitis se puede tomar un cocimiento de astillas, a razón de 10 gramos por litro de agua. Se deja hervir durante 10 minutos y se beben cuatro tazas al día.



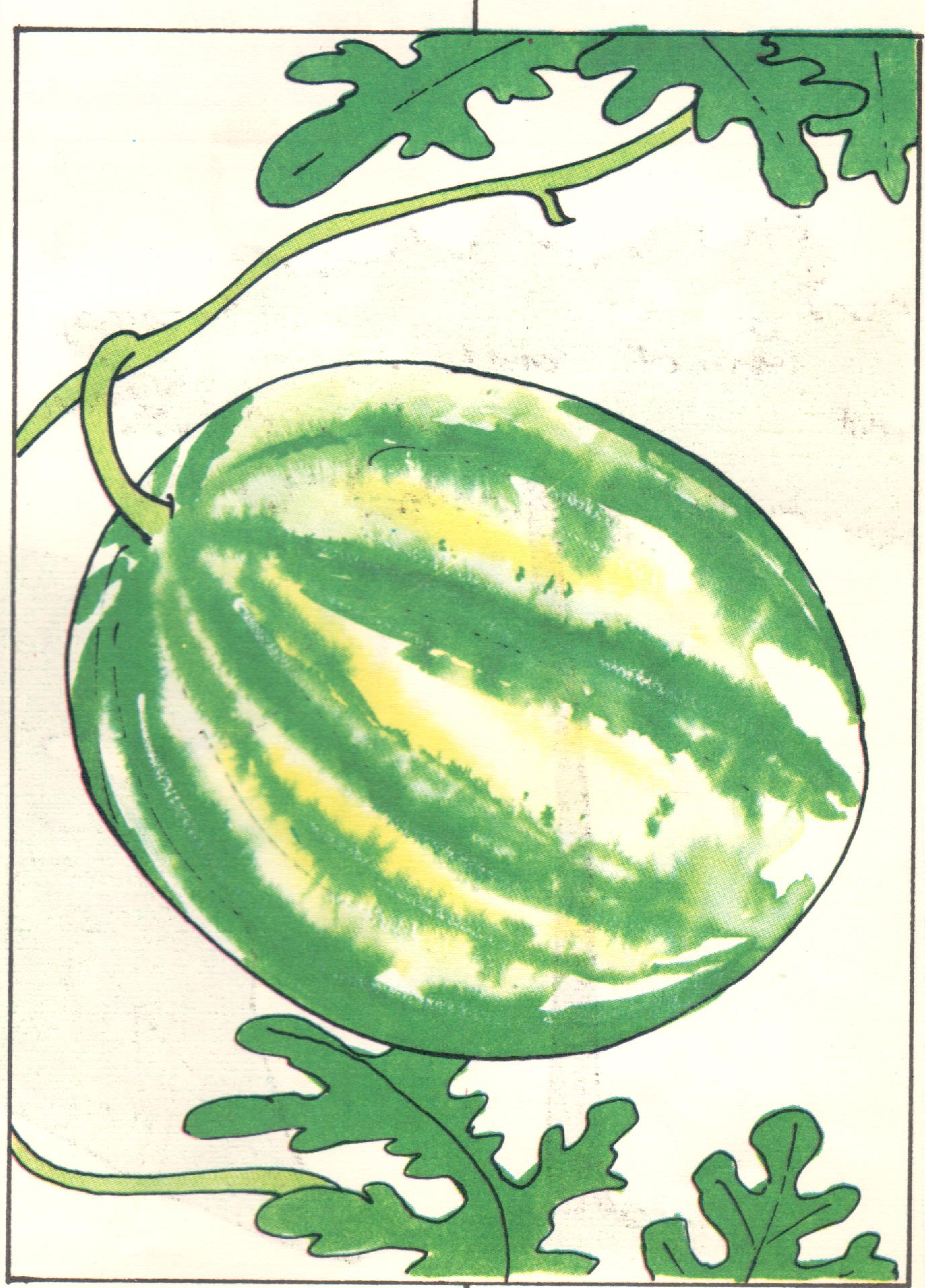
SANDIA



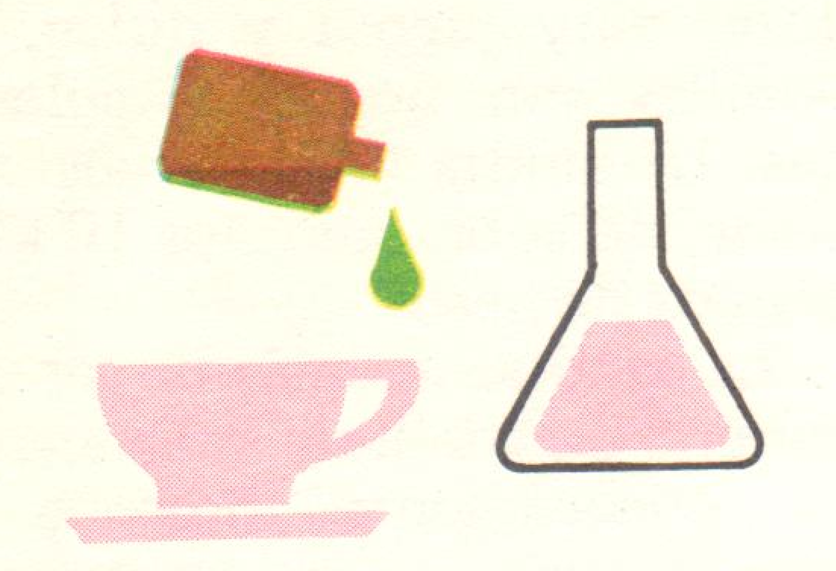
Nombre científico:
Cucurbita Citrullus
Familia:
Cucurbitáceas

Planta herbácea de tallo rastrero, tormentoso y flexible de tres a cuatro metros de largo. Hojas partidas y de color verde oscuro y flores de color amarillo. El fruto, de forma esférica, tiene la corteza de color verde uniforme o jaspeada, la pulpa, carnosa y de consistencia granujienta, es de un color rojo intenso cuando madura, muy jugosa y dulce, las semillas son negras y aplastadas. La sandía llega, en algunos casos, de sobrepasar los 10 kilogramos de peso.

La sandía, además de ser una comida agradable y refrescante, es especialmente indicada en días calurosos para prevenir la deshidratación, por su alto contenido de líquidos y sales minerales. Además tiene propiedades diuréticas y depurativas y actúa como eficaz carminativo por lo cual es recomendado su consumo en casos de dolores intestinales provocados por gases y para combatir flatulencias.



SANGRE DE DRAGON



Nombre científico:
Sanguis Draconis
Otros nombres:
Resina de Drago, Sangre de Drago

Este árbol originario de Asia abunda en las provincias de nuestra Mesopotamia. La resina roja que se obtiene de incisiones hechas en el tronco, es lo que se llama Sangre de Dragón.

La resina tiene propiedades hemostáticas y astringentes. Una infusión a razón de 20 gramos de resina por litro de agua se puede utilizar en lavajes y como colutorio en casos de dolores de encías o dientes. También se la puede utilizar para tratar aftas e irritaciones de boca y encías.

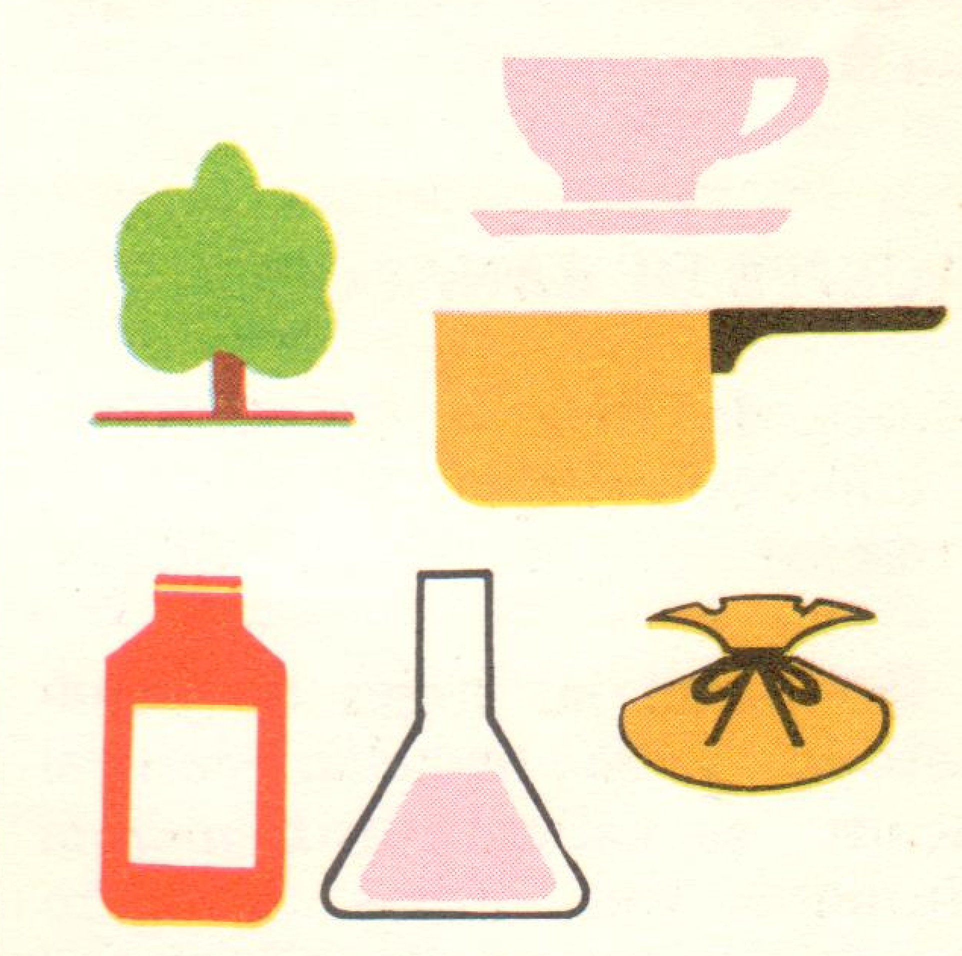
Si se desa, puede prepararse una tintura.

TINTURA DE SANGRE DE DRAGON

Alcohol de 90º . . . . . . 200 c.c.
Sangre de
Dragón, resina . . . . . . 40 gr.

Dos cucharaditas disueltas en una taza de agua tibia para los mismos usos que la infusión.

SANGUINARIA



Nombre científico:
Poligonum Convulvus, Poligonum Aviculare
Familia:
Poligonáceas
Otros nombres:
Siete Sangrías.

Planta de raíz ramificada y abundantes radículas. Tallos

leñosos, rastreros o suavemente ascendentes, muy largos y desprovistos de hojas cerca del cullo de la raíz. Las hojas son alternas, oblongas y lanceoladas, pecioladas o sésiles. Las flores, blancas o rosadas, se agrupan en la axila de la hoja. Crece, de manera espontánea, en campos baldíos y en la orilla de los caminos.

La Sanguinaria tiene propiedades diuréticas, remineralizantes y litóntricas, esta última característica sumada a sus virtudes digestivas la hacen especialmente indicada para ayudar a disolver piedras y arenillas de riñones y vesícula. Además es depurativa, refrescante y ligeramente tónica, por esta razón se la puede consumir en casos de acne, gripes y reumatismo. La forma más común de consumo es como infusión, a razón de 20/30 gramos de tallos tiernos, hojas y flores por litro de agua. Se bebe, frío o caliente, en tazas durante el día.

En casos de atrasos o irregularidades menstruales beber por tacitas de infusión caliente, cada dos o tres horas; actúa como un eficaz emenagogo.

También se la puede consumir bajo forma de tintura y vino.

TINTURA DE SANGUINARIA

Alcohol de 70º	200 c.c.
Sanguinaria	40 grs.

Una cucharadita, disuelta en una taza de agua tibia, alguna infusión digestiva de su agrado, o jugo de frutas, tres veces al día.

VINO DE SANGUINARIA

Vino generoso dulce . .	800 c.c.
Tintura de Sanguinaria	200 c.c.

Una copita, tres veces al día, antes o después de las comidas.

La Sanguinaria se presta para combinarse con otras hierbas de propiedades digestivas y hepáticas.

En uso externo tiene propiedades vulnerarias y antiinflamatorias. A tal fin, se pueden aplicar cataplasma de hojas machacadas en caso de dolores musculares o articulares, hematomas y contusiones. También pueden usarse compresas tibias de un cocimiento a razón de 40 grs. de Sanguinaria por litro de agua para los mismos casos.

SANICULA

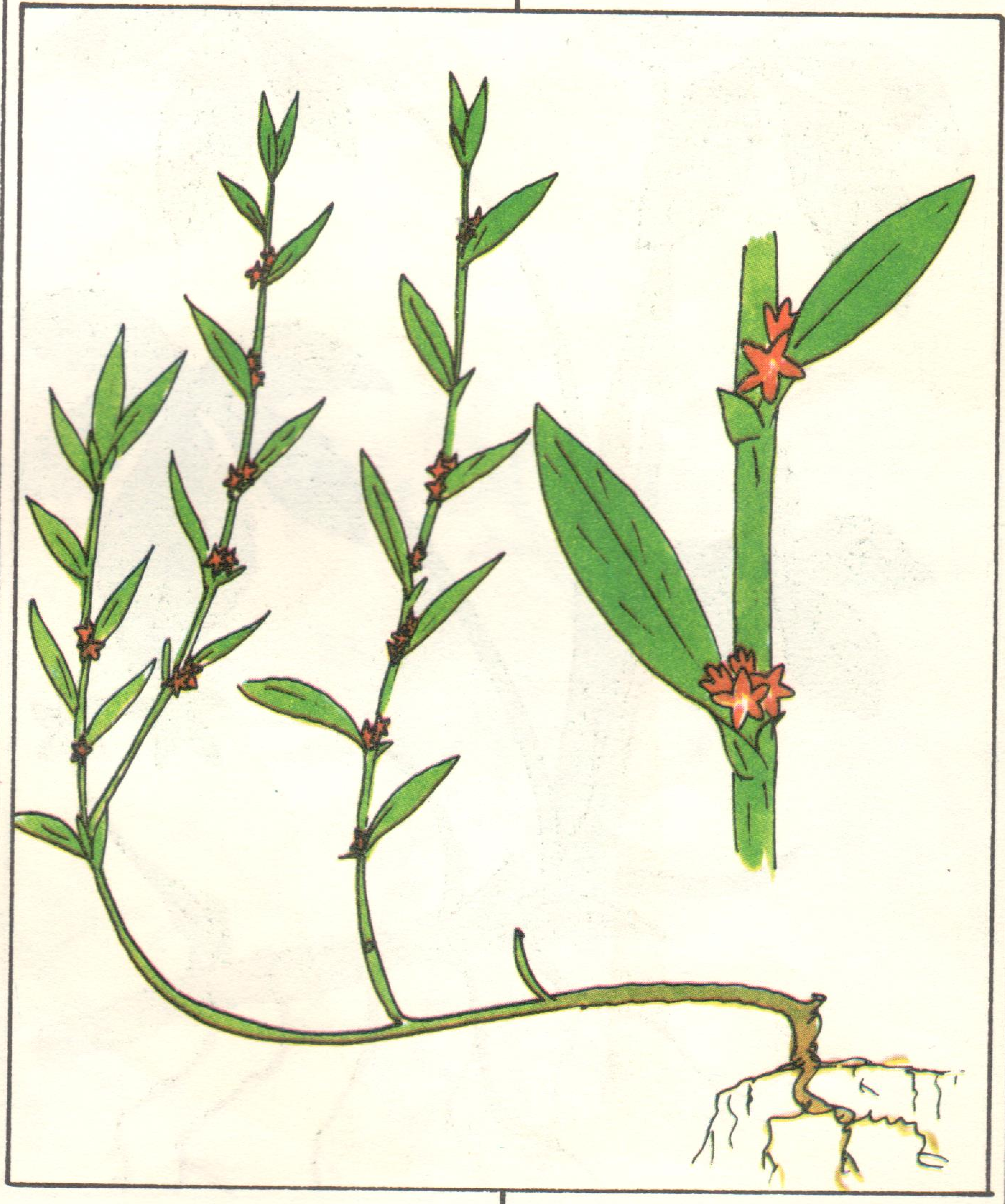


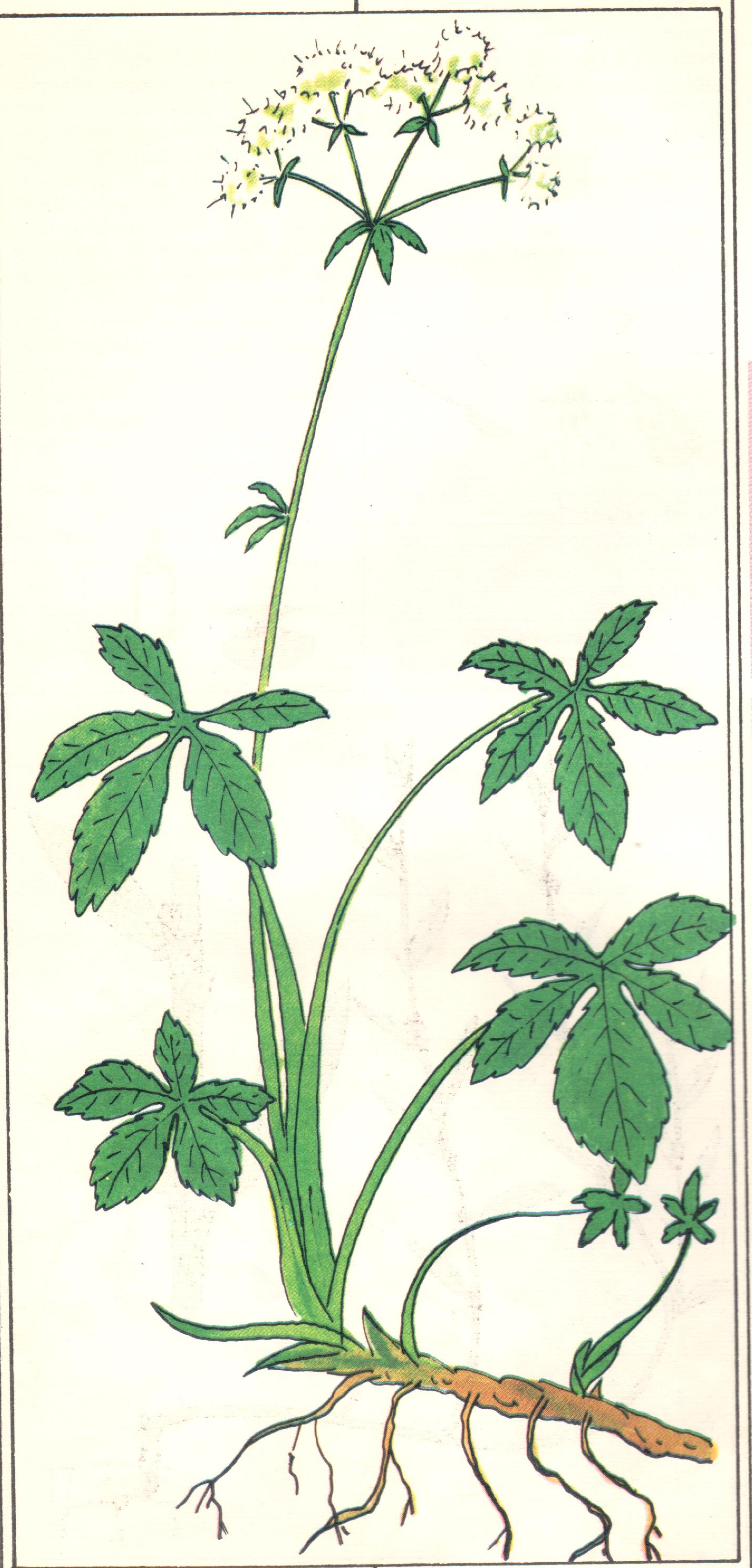
Nombre científico:
Sanicula Europaea
Familia:
Umbelíferas

Planta herbácea, de raíz rizomatosa muy ramificada, de la cual sale un tallo erecto y muy poco ramificado. Las hojas basales son palmadas, de borde dentado, con la cara superior de color verde oscuro y brillante. Las flores se agrupan en racimos provistos de largos pedúnculos y son de color blanco. Esta planta crece espontáneamente en zonas boscosas, templadas, húmedas y con poco sol. Puede alcanzar la altura de unos 50 centímetros.

La raíz de la Sanicula tiene propiedades astringentes y béquicas. Se utiliza en casos de diarreas suaves o accesos de tos. La hoja, en uso externo, tiene propiedades astringentes y antiinflamatorias.







En uso interno, se prepara una ınfusión con 15 gramos de raíz machacada en un litro de agua, que se deja en maceración durante cinco minutos y se beben tres tazas diarias. En caso de tomarlo como béquico o expectorante, se aconseja beberlo bien aliente y endulzado con miei o azúcar quemada. También se puede elaborar una tintura, un vino y un jarabe.

TINTURA DE SANICULA

Alcohol de 80º . . . . . . 200 c.c.
Raíz de Sanícula machacada. . . . . 30 gr.

Una cucharadita en una taza de agua tibia o una infusión de características semejantes (astringente o béquica), tres veces al día y endulzada a gusto.

VINO DE SANICULA

Vino blanco generoso . 800 c.c.
Tintura de Sanicula . . . 200 c.c.

Una copita después de las comidas como tónico estomacal.

JARABE DE SANICULA

Agua . . . . 750 c.c.
Raíz de Sanicula machacada . . . . 10 gr.
Azúcar. . . . . cant nec.

Se coloca la raíz machacada en el agua y se calienta a fuego bajo. Se le va agregando el azúcar en pequeña cantidad, revolviendo continuamente, hasta obtener la consistencia del jarabe. Se espuma, se cuela en caliente y se guarda en un envase apropiado en lugar fresco. Dosis recomendada: una cucharadita de té en casos de accesos de tos.

En uso externo, las propiedades astringentes de las hojas y de la raíz sirven para preparar

una pomada adecuada para combatir las hemorroides inflamadas.

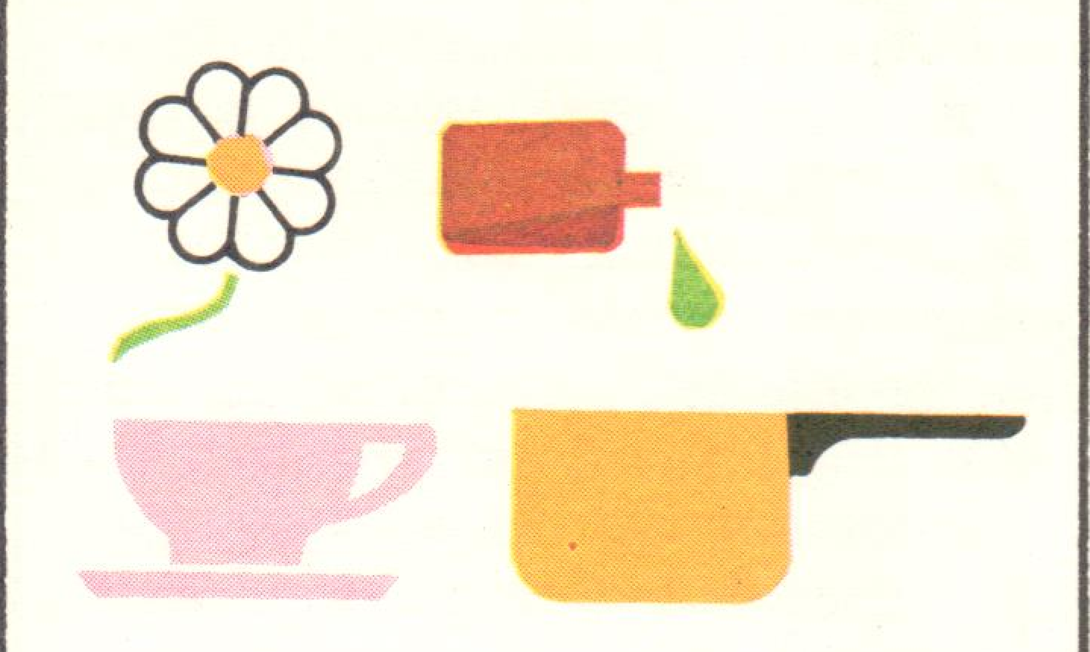
POMADA DE SANICULA

Grasa de cerdo de buena calidad. . . . . 100 gr.
Manteca sin sal . . . . 100 gr.
Cera de abejas . . . . 1 cucharada
Raız y hojas picadas . . . . 50 gr.

Se calientan a baño maría, durante tres o cuatro horas, los ingredientes. Se deja reposar toda la noche, a la mañana siguiente se procede a eliminar el líquido sobrenadante, si lo hubiera, se vuelve a calentar a bañomaría durante media hora, se cuela en caliente y guarda en potes apropiados.

En casos de sabañones rebeldes, se aconseja colocar una cataplasma de raíz machacada, previamente hervida en agua durante diez minutos.

SANTONICO



Nombre científico:
Artemisia Contra L.
Familia:
Compuestas
Otros nombres:
Semen-contra

Planta perenne de tallo erguido y ramoso, que alcanza hasta los 60 cm. de altura. Las hojas son alternas, lineares, pequeñas, a veces pueden ser lobuladas, con tres lóbulos muy marcados; la misma planta puede presentar dos tipos de hojas, según se trate de la parte inferior o superior de la misma. Tanto el tallo como el envés de las hojas pueden ser tormentosos. Las flores son cabezuelas pequeñas, sésiles, agrupadas en racimos reducidos, y de sabor amrgo, olor fuerte y penetrante característicos. Esta planta es aundante en la zona de Santonia, en el oeste de Francia, de donde deriva su nombre.

Las cabezuelas florales de Santónico tienen reconocidas propiedades vermífugas y tónico estomacales. La forma más común de consumo es como cocimiento, a razón de 3 gramos de flores en medio litro de agua. Se calienta hast ebullición y se toma este preparado todas las mañanas en ayunas. Dosis recomendada: 2 tazas.

Se puede preparar un té compuesto de propiedades vermífugas y sedantes para personas con mala digestión de origen nervioso.

TE COMPUESTO

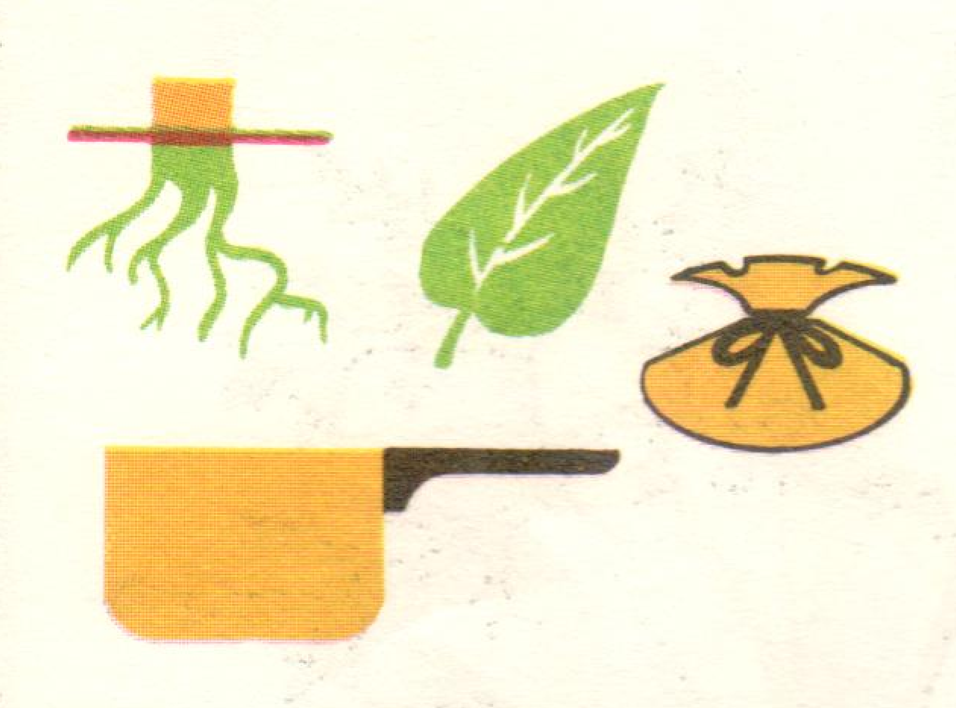
Santonico, flores . . . . 3 gr.
Manzanilla, flores . . . . . . 10 gr.
Ajenjo, flores. . . . . 3 gr.
Tanaceto, flores. . . . . 3 gr.
Agua hirviendo . . . . . . 750 c.c.

Se vierte el agua hirviendo sobre la mezcla de hierbas, se lleva a baño maría durante 10 minutos; se beben dos tazas, si se desea endulzadas con miel o azúcar caliente.

Del Santónico se obtiene la Santonina que posee las mismas propiedades que las cabezuelas frescas de la planta. La Santonina se puede obtener en farmacias y tiendas especializadas, juntamente con las instrucciones para su uso.

Las cabezuelas de Santónico, secadas a la sombra y reducidas a polvo fino en un mortero, se pueden utilizar en la misma proporción que las flores frescas.

SAPONARIA



Nombre científico:
Saponaria Officinalis
Familia:
CAriofiláceas
Otros nombres:
Jabonera

Planta herbácea abundante en parajes sombríos y húmedos y en la ribera de los ríos. La raíz es un rizoma grueso irregular cilíndrico, cubierto de una corteza roja. Los tallos son rectos y cilíndricos, de tonalidad verde rojiza, robustos y articulados, de una altura aproximada de 50 cm. Las hojas son lanceoladas, de una altura aproximada de 50 cm. Las hojas son lanceoladas, ovaladas, con nervaduras visibles a lo largo de toda la longitud de la lámina, opuestas y de color verde claro. Las flores, reunidas en espiga terminal, tienen cinco pétalos y son de color blanco rosado. El nombre de esta planta deriva de la propiedad que tienen las flores hojas y raíces de hacer espima cuando colocadas en agua y agitadas violentamente. Esta característica fue aprovechada en la antigüedad para limpiar telas y muebles.

Las hojas y la raíz de la Saponaria tienen propiedades depurativas, antirreumáticas, expectorantes y diaforéticas. Por estas características, expectorantes y diaforéticas. Por ests características es especialmente recomendada para estados catarrales, gripales, y fiebres intermitentes. La forma más común de uso es un cocimiento a razón de 10 gramos de raíz o 15 hojas en medio litro de agua. Se hace hervir durante diez minutos y se toman 4 tazas al día.

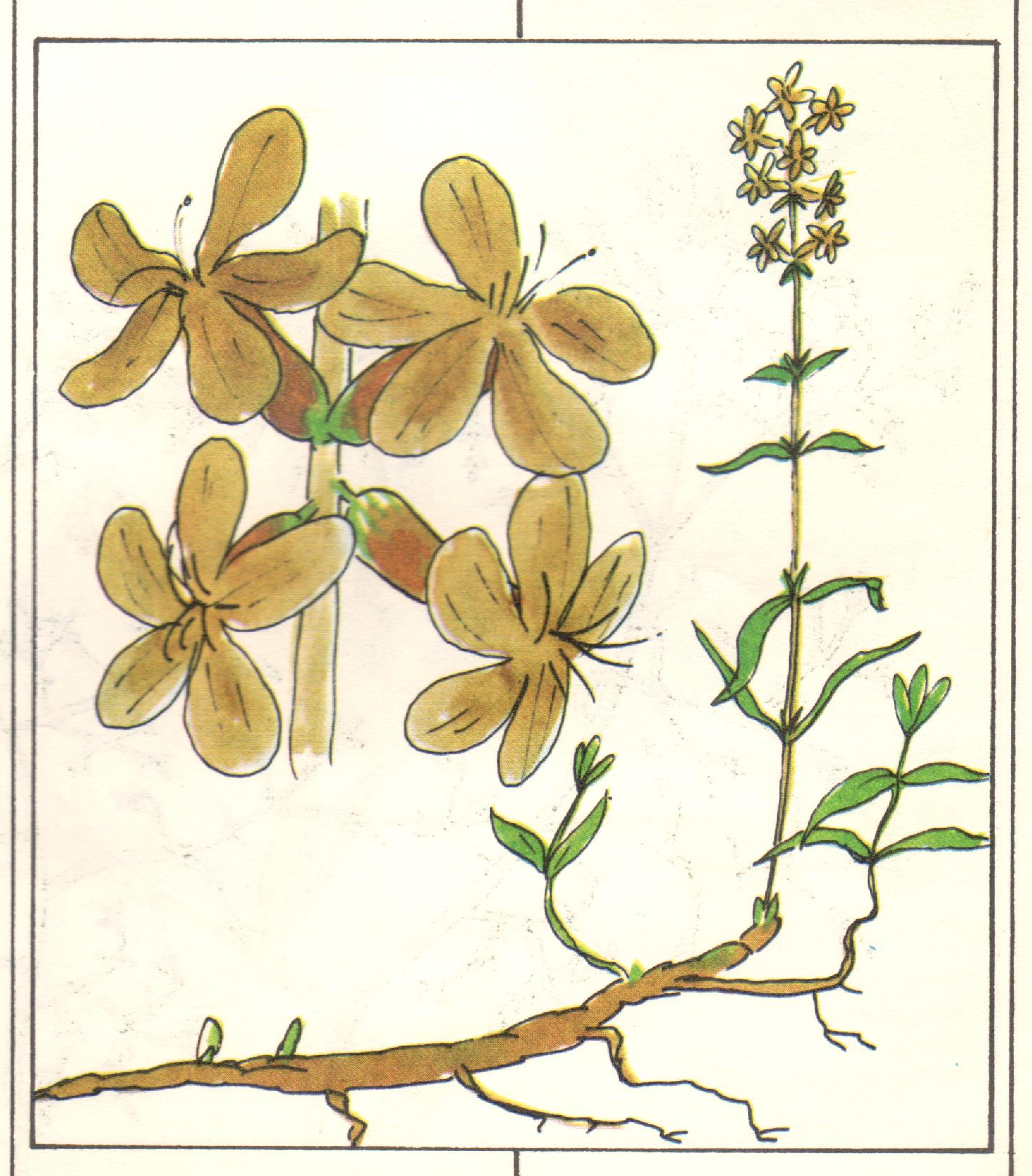
Las hojas frescas tienen virtudes resolutivas por lo cual se utiliza en forma de cataplasma en caso de forúnculos y abscesos. Se prepara machacando las hojas y aplicando luego sobre la zona afectada.

SARANDI



Nombre científico:
Phyllantus Sellowianus
Familia:
Euforbiáceas
Otros nombres:
Sarandi Blanco

Esta planta abunda en la



zona central de nuestro país. La hoja y la madera usadas en forma de cocimiento tienen propiedades antidiabéticas notables, pues actúa reduciendo el azúcar del organismo. Además posee virtudes laxantes. La forma más comun de uso es como cocimiento a razón de 30 gramos de hoja y madera por litro de agua. Se bebe a lo largo del día, por tazas.

Si se desea, puede prepararse una tintura.

TINTURA DE SARANDI

Alcohol de 90º . . . . . . 200 c.c.
Sarandi, hoja y madera . . . . 50 gr.

Tres o cuatro cucharaditas por día, disueltas en una taza de agua tibia, mate o la infusión de su agrado.

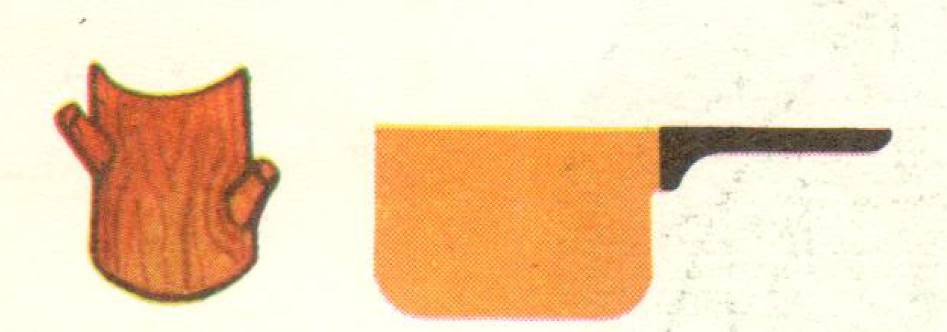
VINO DE SARANDI

Vino blanco generoso dulce . . . . 800 c.c.
Tintura de Sarandi. . . . 200 c.c.

Una copita antes o despues de las comidas, tres veces al día.

NOTA: Tanto la tintura, como el vino, son recomendables como laxantes y digestivos. Por entrar alcohol en su composición no son recomendables estas formas de consumo para diabéticos.

SARANDI NEGRO



Nombre Científico:
Ruprechtia Alicifolia
Familia:
Pligonáceas
Otros nombres:

Esta planta abunda en la zona litoral y noreste de nuestro país.

La coteza de Sarandí, de sabor amargo, tiene propiedades digestivas, aperitivas, carminativas y tónico estomacal. Es especialmente recomendada en casos de inapetencia, mala digestión y flatulencias. La forma de consumo es como cocimiento, a razón de 10 gr. de corteza por litro de agua. Se toma una taza antes de las comidas.

SARGAZO VEJIGOSO
(VER FUCUS)

SARRACENIA PURPURA

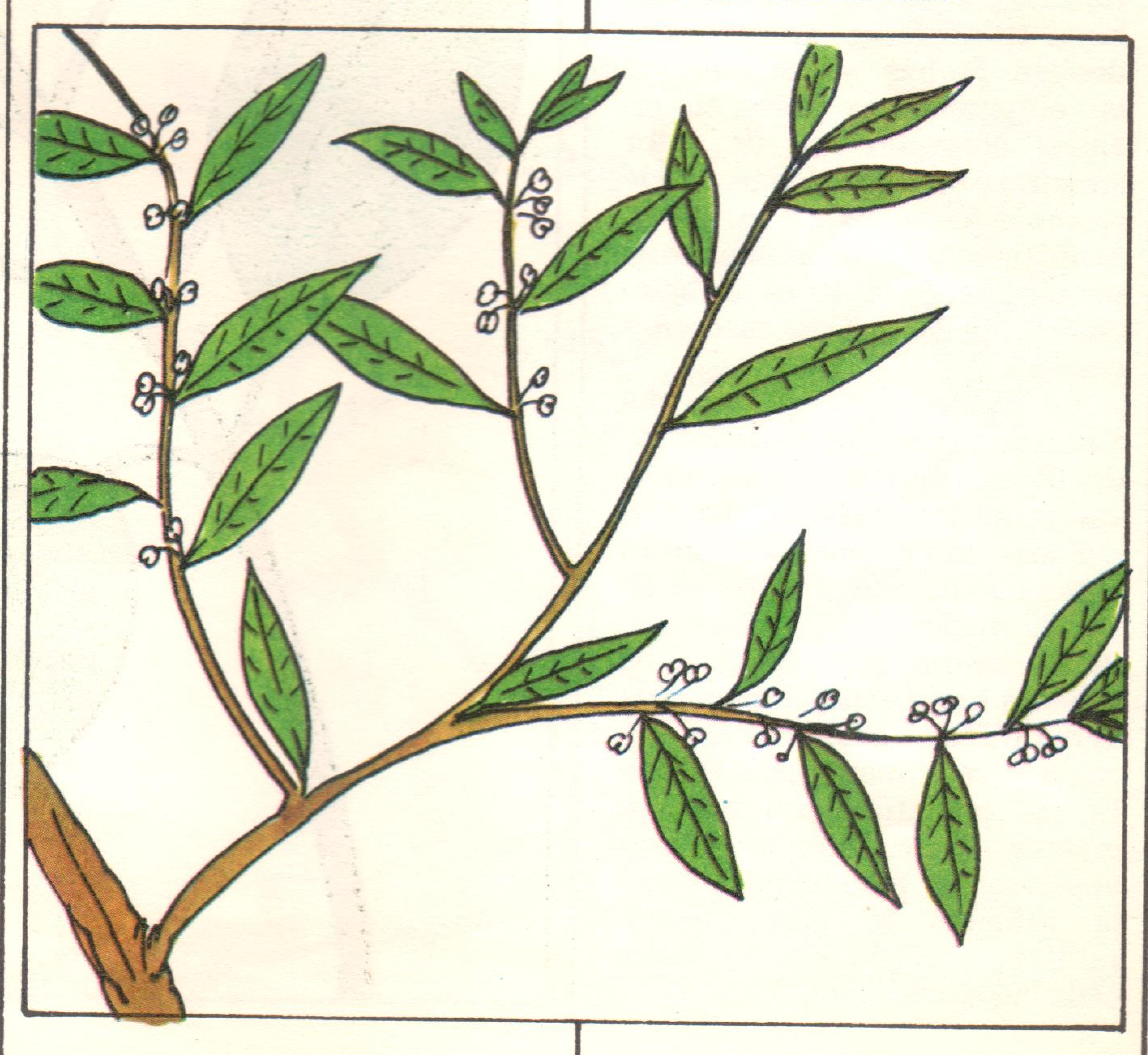


Nombre científico:
Sarracenia Purpúrea L.

Planta herbácea, perenne, que crece en lugares pantanosos. Las hojas son radicales, de pecíolo largo y carnoso y de color verde amarillento o púrpura. Las flores son grandes, de color que varía del amarillo intenso al púrpura. La raíz es un rizoma fibroso. Esta planta es abundante en Estados Unidos y Canadá, pero se la suele encontrar en algunos jardines de nuestro país, donde se la cultiva con fines ornamentales.

El rizoma de Sarracenia, que se puede comprar en tiendas especializadas, tiene propiedades depurativas, sudoríficas, tónico estomacal y estimulante nervioso. Es recomendado su consumo en caso de enfermedades eruptivas como sarampión o viruela (por favorecer la transpiración y ser depurativo), para corregir problemas de dispepsias y malas digestiones, como así mismo, dolores de estómago y estados de jaqueca.

La forma más común de consumo es como cocimiento, con 15 gramos de rizoma en un litro de agua; se deja hervir durante 5 minutos. Se toma medio litro diario, por tacitas durante el día, de preferencia bien caliente. Si se desea, se puede elaborar una tintura.

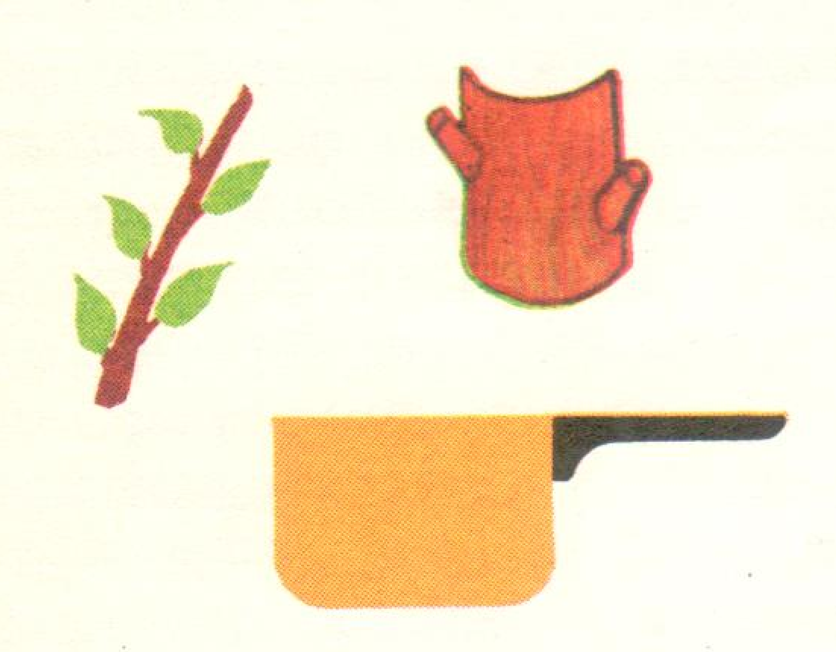


TINTURA DE SARRACENIA PURPUREA

Alcohol de 80º . . . . . . 200 c.c.
Raíz de Sarracenia machacada. . . . . 30 gr.

Una cucharadita de cafe, disuelta en una taza de agua tibia, dos veces al día.

SASAFRAS



Nombre científico:
Sasafras Oficiali, Laurus Sasafras
Familia:
Lauraceas

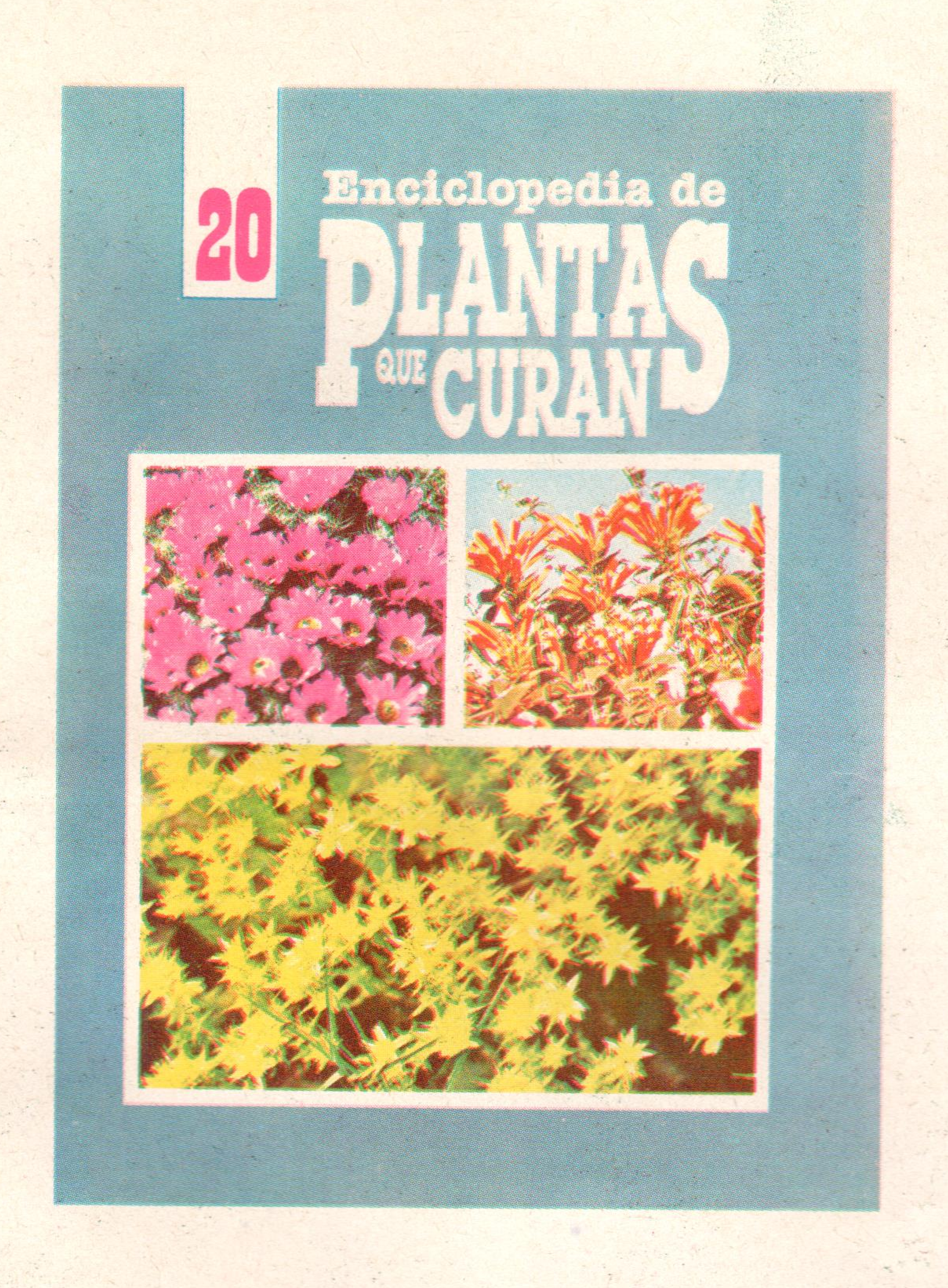
Arbol originario de América Central y del Norte. El tronco es grueso y de corteza rugoza y rojiza. La copa redondeada, hojas trilobuladas, gruesas, verdes en el haz y tormentosas en el envés. Las flores en racimos colgantes son de color amarillo. Este árbol que puede alcanzar hasta los 15 m. de altura, tiene un olor aromático y penetrante, que le es característico, en las raíces, madera y corteza.

La coteza y la madera del Sasafras tienen propiedades sudoríficas, diuréticas, depurativas y antirreumáticas. La forma más común de consumo es como cocimiento, a razón de 15 gr. de madera o raíz machacada en medio litro de agua. Se calienta hasta ebullición, se deja hervir durante cinco minutos, se cuela y se toman tres o cuatro tacitas por día. Para que los efectos sudoríficos sean más enérgicos se recomienda tomar la infusión lo más caliente posible, a razón de un tacita cada cuarto de hora.

Las propiedades del Sasafras se veran potenciadas si se combina con otros dos sudoríficos y depurativos reconocidos: la raíz de Zarzaparrilla y la madera de Guayaco. La dosis recomendada es de 15 gr. de cada uno de estos ingredientes en 1 litro de agua. Se calienta hasta ebullición, se hierve hasta que se reduzca una cuaria parte, se cuela y se toma una tacita cada cuarto de hora hasta que comience la transpiración.

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

NUESTRO PROXIMO NUMERO



SAUCE - SAUCO - SAUCO ROJO - SEN - SERBAL SILVESTRE - SEREIPO - SERPENTARIA DE VIRGINIA - SERPOL - SESAMO - SIEMPREVIVA - SIETE CAMISAS - SIMARRUBA - SOLIDAGO - SORGO - SPILANTES - SUICO - TABACO - TAMARINDO - TAMARISCO

19

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN





